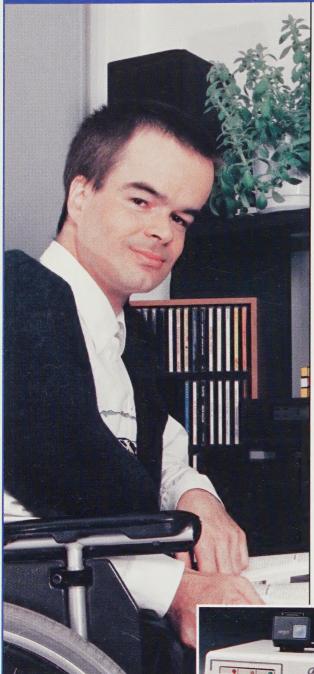


ESEST

Tout savoir sur les maladies, les problèmes sociaux et les services offerts

L'AQASEP

PUBLICATIONS DU QUEBEC



J'aime trop mon AUTONOMIE

Je me sens beaucoup plus rassuré quant à ma sécurité depuis que je me suis procuré le système Argus. J'ai l'esprit tranquille sachant que je peux compter en tout temps sur mon système de sécurité Argus.

Argus permet à ses milliers d'abonné(e)s de recevoir rapidement l'aide nécessaire en cas de :

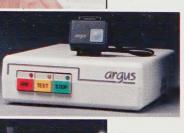
- Agression Chute Éffraction
- Incapacité physique Malaise
- Personne victime de violence
- Rôdeur Troubles cardiaques

DIVISION DE OUÉBEC

615, St-Vallier Ouest Québec (Québec) (418) 529-4629

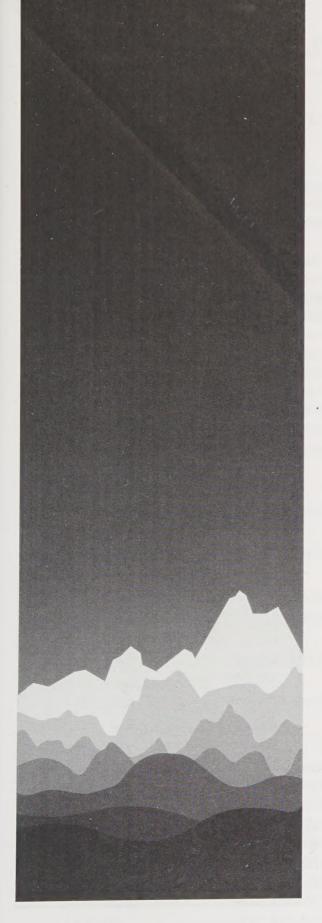
DIVISION DE MONTRÉAL

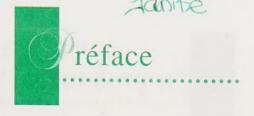
10090, Boul. St-Laurent Montréal (Québec) (514) 381-0911





Partout au Québec 1 • 800 • 361 • 4529





e Guide Accès+ est une initiative de l'Association québécoise des amis de la sclérose en plaques.

Créée en 1992, la première édition avait un objectif bien précis : réunir, dans un même document, toute l'information pertinente sur les maladies, les associations et le réseau de la santé au Québec.

Cette année, nous abordons tous les aspects de la problématique de la santé (physique et mentale), les problèmes sociaux, les «étapes de la vie» (enfance, adolescence, âge adulte, famille, aînés), ainsi que les ressources dont vous disposez.

Ce guide n'est pas un annuaire du téléphone mais le «premier intervenant à domicile», capable de vous indiquer les principales ressources susceptibles de vous guider vers les services appropriés.

Chaque chapitre a fait l'objet d'une révision rigoureuse et a reçu l'approbation écrite de la plupart des organismes et milieux concernés.

Si, toutefois, certaines références n'étaient pas exactes ou n'apparaissaient pas dans le guide, nous vous prions de nous en excuser et de nous le signaler en communiquant avec nous au (514) 523-0871.

Bonne lecture et merci de la confiance et de l'intérêt que vous nous portez.

Jean-Marie Bergeron Directeur des Éditions de L'AQASEP

On gros merci!

Nous remercions très sincèrement tous nos annonceurs ainsi que les organismes et associations qui ont contribué à la documentation et à l'approbation des informations contenues dans ce guide.

Pour leur participation à la vérification de certains textes, nous tenons aussi à remercier :

Dr Louis Guérette, psychiatre à l'Hôpital Notre-Dame de Montréal

Me Monique Ouellette, professeur titulaire à la faculté de droit de l'Université de Montréal

La clinique crânio-faciale et la bibliothèque de l'Hôpital Sainte-Justine de Montréal



Le genre masculin est utilisé ici au sens neutre et désigne donc autant les femmes que les hommes.

ACCÈS +

Guide annuel, édition 1996

Directeur de la publication

Jean-Marie Bergeron

Recherche, rédaction

et correction

Rose-Aimée Bergeron Janin Michaud

Claude Pivet

Recherche et rédaction en droit

Hélène Bergeron

Ont aussi collaboré

Denys Benjamin

Chantal Bourdon

Marguerite Cera

Denis Chabot

Pierre Clément

Marcel Cormier

Isabelle Labrecque

Monique Larrivée Lise Leblanc

Nicole Moreau

Photographie

de la page couverture

Pete Seaward

Infographie

Rose-Aimée Bergeron

Yvet Lafortune

Luc Vachon

Publicité

Serge Lamirande

Sylvie Cyr

Impression

Veilleux Impression

à Demande Inc.

Boucherville

ACCÈS +

Tous droits réservés

Dépôt légal

4e trimestre 1995

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

ISBN Nº 2-9803879-2-4

Éditeur

Les Éditions de L'AQASEP

1012, avenue du Mont-Royal Est

Bureau 105

Montréal (Québec) H2J 1X6

Téléphone: (514) 523-0871

Télécopieur: (514) 523-7278

Internet: bergeron@globale.net

Pervices téléphoniques d'urgence et de référence

URGENCE 9-1-1 (ou votre service de police)	Drummondville (819) 477-8855 Estrie (819) 564-1664
Tel-aide	Montréal (514) 723-4000
Montréal	Hull (819) 595-9999 Hull 1 800 567-9699 Abitibi-Témiscamingue 1 800 567-6407 Baie-Comeau (418) 589-1629 Lebel-sur-Quévillon 1 800 567-6407 Îles-de-la-Madeleine (418) 986-2121 Paspébiac (418) 725-6611 Grande-Vallée (418) 393-2001 Saint-Georges-de-Beauce (418) 228-0001 Saint-Michel-des-Saints (514) 833-6040 Saint-Jérome 1 800 661-0101 Granby (514) 375-4252 Saint-Jean-sur-Richelieu (514) 347-9189 Sorel (514) 445-7175
Centre d'écoute de Laval (514) 664-2787	Contro out
Centre d'écoute et de	Centre anti-poison du Québec 1 800 463-5060
références Face à Face	du Quebec 1 800 403-3000
(Montréal) (514) 934-4546	Alcooliques Anonymes
Centre d'écoute Le Foyer (Anjou) (514) 493-6077	(Montréal) (514) 376-9230
Centre d'écoute Le Passant	Drogue : aide
(Montréal) (514) 493-4484	et référence 1 800 265-2626
Multi-Écoute (Montréal) (514) 737-3604	
Tel-Ressources	Tel Jeu : aide
(Montréal) (514) 523-8393	et référence 1 800 461-0140
Urgence-écoute-surveillance	
(Montréal) (514) 482-2006	Jeunesse j'écoute /
	Kids Help Phone 1 800 668-6868
Centres de prévention du suicide	
Bas-Saint-Laurent 1 800 463-0009 Saguenay-Lac Saint-Jean 1 800 463-9868	Tel-Jeunes 1 800 263-2266
Québec (418) 683-4588	Parents Anonymes
Charlevoix (418) 665-2985	du Québec (514) 288-5555
Shawinigan (819) 536-2995	
Trois-Rivières (819) 379-9238	S.O.S. Violence
MRC de l'Érable (819) 362-6301	Conjugale 1 800 363-9010
MRC Arthabaska (819) 751-2205 La Tuque (819) 523-2220	

9

Vervices téléphoniques d'urgence et de référence

SERVICES D'INFORMATION,	Suicide
D'ÉCOUTE ET D'ORIENTATION	Après le suicide d'un être cher / Family survivor of suicide (514) 385-4792
Intérêt général	(bilingue)
Centre de référence	ou (514) 844-8191
du Grand Montréal (514) 527-1375	(anglais)
Communication-Québec 1 800 363-1363	Violence
Santé	Info-Abus (aînés) (514) 489-2287
Croix-Rouge 1 800 668-2866	(frais acceptés)
Info-Cancer	Mouvement contre le viol
ou sans frais 1 800 361-4212	et l'inceste (514) 278-9383
Ambulance Saint-Jean (514) 842-4801	Groupe d'aide et d'information
Info-MTS-sida (418) 648-2626	sur le harcèlement sexuel
ou sans frais 1 800 463-5656	au travail (514) 526-0789
Santé mentale	Hommes
	L'entraide pour hommes
Gamblers Anonymes	de Montréal (514) 355-8300
et Gam-Anon (514) 484-6666 Association Joueurs	Groupe d'entraide aux pères
Anonymes (418) 871-0131	et de soutien à l'enfant (514) 525-7272
Phobies-Zéro (514) 922-8489	Gai Écoute
Association québécoise	
des dépressifs et	Femmes
maniaco-dépressifs 1 800 463-2363	Grossesse-Secours (514) 527-5717
Déprimés Anonymes (514) 278-2130	
Le Groupe d'entraide	Droit
AMORCE (pédophiles) (514) 355-8064	Téléphone juridique 1 900 451-6096
B	(1,50 \$ la minute)
Personnes handicapées	L'aide juridique au Québec message 4600
OPHQ (Office des personnes	Frais d'avocat message 4601
handicapées du Québec) 1 800 567-1465	Commission des droits
	de la personne 1 800 361-6477
Alcoolisme et toxicomanie	
Pharmacomanes Anonymes (514) 852-9329	
**	

Narcotiques Anonymes (514) 525-0333 Cocaïnomanes Anonymes . . . (514) 932-5555

Toxicomanes (CAFAT) ... (514) 669-9669

Centre d'Aide aux Familles d'Alcooliques et de

À propos d'Accès + Carte des régions du Québec.	. 23
Chapitre 1 : Les maladies et déficiences physiques	
Les personnes avec acouphènes	. 27
Regroupement Québécois pour Personnes avec Acouphènes (R.Q.P.A.) Les allergies alimentaires	. 27
L'Alzheimer La Fédération québécoise des sociétés Alzheimer	20
Les Amputés de guerre. Les Amputés de guerre du Canada	. 31
L'anémie falciforme	. 32
Société d'anémie falciforme du Canada	. 33
Association québécoise des personnes aphasiques (l'AQPA). L'arthrite	. 35
La Société d'arthrite (Division du Québec)	. 36
Association canadienne de l'ataxie de Friedreich ACAF. L'audimutité	. 37
Association québécoise pour les enfants atteints d'audimutité	. 39
Les aveugles et amblyopes	. 40
Association montréalaise pour les aveugles AMA	. 42
Formoeil Oculus	. 42
Le Bon Pilote Inc	. 43
Le bégaiement	. 44
Les grands brûlés	. 45
FLAM - Association des grands brûlés	. 46
Société canadienne du cancer - Québec	. 48
Organisation montréalaise des personnes atteintes du cancer Fondation québécoise du cancer	. 49
Société de recherche sur le cancer	. 49
L'Espoir, c'est la vie (Hope and cope)	. 49
Association pour le rétablissement des cérébro-lésés du Québec inc. (ARC-LQ)	. 50
La déficience auditive. Centre québécois de la déficience auditive (CQDA) L'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA). L'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA).	. 51
Association des devenus sourds et des malentendants du Québec (ADSMQ)	. 51

L'Institut Raymond-Dewar (IRD)	58
La dégénérescence maculaire	59 59
Le diabète Fondation de la Neuropathie Diabétique La Fondation pour enfants diabétiques. Association du diabète du Québec La Fondation du diabète juvénile.	61 61 63
Le don d'organe Association canadienne des Dons d'Organes La Fondation Diane Hébert	65
La dystrophie musculaire	66
L'épilepsie	68 68 69
La fatigue chronique	
La fibromyosite ou fibromyalgie. Association de la Fibromyalgie du Québec	71 71
La fibrose kystique	74
L'hémophilie	75
L'Association canadienne de l'hypercholestérolémie familiale	77 78
L'hypoglycémie	79 79
L'infection invasive à streptocoque A Bureau de l'épidémiologie des maladies transmissibles Hôtel-Dieu de Montréal Hôpital Saint-Luc	81
La laryngectomie	82
La leucémie Leucan Les Lampistes	83 83
Le lupus	25
La maladie coeliaque	27
La maladie de Huntington Société Huntington du Québec.	20
Les maladies de l'intestin. Fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestin.	00

Les maladies du coeur9Fondation des maladies du coeur du Québec9«En Coeur» l'Association québécoise pour les enfants malades du coeur9Cholestaction Québec Inc.9	4 5 5
Les maladies du foie	6
Les maladies du rein9La Fondation canadienne du rein9Association générale des insuffisants rénaux9	8
L'Association pulmonaire du Québec	0
Les maladies thyroïdiennes	2
Les maladies tropicales10Le paludisme (malaria)10L'hépatite A.10Renseignements10	4
Les malformations crânio-faciales10Les fissures labio-palatines10Hôpital de Montréal pour enfants - Clinique de fissure labio-palatine10Hôpital Sainte-Justine - Clinique de fissure labio-palatine10Les déformations du visage et du crâne10Hôpital Sainte-Justine - Clinique de chirurgie crânio-faciale10	5 5 6 6
La méningite à méningocoques	
Les migraines et céphalées	
Les maladies transmises sexuellement (MTS)10	9
Clinique Médicale l'Actuel	1
Le nanisme	4
La narcolepsie11Regroupement des Narcoleptiques du Québec11Laboratoires du sommeil11	5
Les obèses handicapés	7
L'ostéoporose	8
La paralysie cérébrale	1
Les paraplégiques et quadriplégiques	2
La maladie de Parkinson	3
La progéria	4
Les maladies de la prostate	25
Le psoriasis	.7

La rétinite pigmentaire	28
La sclérose en plaques	31
La sclérose latérale amyotrophique	33
La sclérodermie ou la sclérose systémique	34
Les siamois	35
Le sida	38 38
de lutte contre le SIDA)	42 43
Programme spécial Toxicomane-VIH-SIDA	43 44
L'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie du Québec 14 L'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie du Québec 14	46
Les stomisés (iléostomie, colostomie, urostomie)	47
Le syndrome de la Tourette	49 49
Le syndrome de Marfan15Canadian Marfan Association15Le Club des Grands de Montréal15	50 50 50
Le syndrome de Turner	51
Le syndrome post-polio	52
L'association canadienne des victimes de la thalidomide	53
Les traumatismes crâniens	54 55
Les troubles de la communication	56 56
Chapitre 2 : Les maladies et déficiences mentales	5
La santé mentale ou la recherche de l'équilibre	61 61
Les centres de crise	61

2 - Une personne présente des troubles mentaux importants mais elle refuse	
de se faire soigner	163
La Loi sur la protection du malade mental	164
1 - Une personne présente des troubles mentaux qui pourraient mettre sa santé, sa sécurité ou celle des autres en danger.	
2 - Si la personne refuse de se soumettre à la garde en établissement (cure fermée)	
ou à un examen psychiatrique	. 164
4 - Un examen n'est pas suffisant : l'état du malade est continuellement réévalué	. 100
5 - La garde en établissement (cure fermée) n'est pas une fin, c'est un moyen!	166
6 - Les droits d'une personne gardée en établissement (cure fermée)	166
7 - Les recours et les plaintes	166
8 - La santé mentale et la justice	. 167
La situation n'est pas urgente, mais la personne a vraiment besoin de soins	
1 - Les urgences d'hôpitaux	. 168
2 - Les hôpitaux à vocation psychiatrique	. 168
3 - Les centres de crise	. 169
4 - Les hôpitaux qui ont un département de psychiatrie	
5 - Les cliniques externes et les programmes de soins de jour	
6 - Les CLSC	. 172
7 - L'Ordre des psychologues du Québec	
8 - L'Association des médecins psychiatres du Québec	
9 - Les associations de parents et amis du malade mental et les groupes d'aide et de soutien	
L'Association canadienne pour la santé mentale	
Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec Inc	
Fondation québécoise des maladies mentales	
Projet ARC Inc	
Espoir - service d'intervention en santé mentale	. 181
Pracom	
L'alcoolisme et la toxicomanie	. 183
Drogue : aide et référence	. 184
Réseau du ministère de la Santé et des Services sociaux	. 184
1-Les services de désintoxication avec hébergement	. 185
2-Les services de réadaptation avec hébergement	. 186
3-Les services de réadaptation en milieu de vie (externe)	. 187
Fédération québécoise des centres de réadaptation pour personnes alcooliques	107
et autres toxicomanes	180
Ressources indépendantes	180
Association des Intervenants en Toxicomanie du Québec inc	189
Alcooliques Anonymes (AA)	. 190
Pharmacomanes Anonymes	. 190
Narcotiques Anonymes	. 191
Cocaïnomanes Anonymes	. 191
Co-Anon (clientèle anglophone)	. 191
IACS (communauté juive)	. 191
Al Anon at Alatean	. 191
Centre d'Aide aux Familles d'Alcooliques et de Toxicomanes (CAFAT)	. 191
Sobriété du Canada	. 192
L'autisme	. 193
La syndrome d'Asperger ou les autistes autonomes	. 193
Société Québécoise de l'Autisme	. 194

Les problèmes sexuels	195
Association des sexologues du Ouébec (ASQ)	196
Clinique externe de consultation sur la délinquance sexuelle/	196
Centre de psychiatrie légale de Montréal	197
Le groupe d'entraide AMORCE	108
La schizophrénie	199
Association de parents de jeune adulte schizophrène	199
Institut Rojand Sauciei	200
Les troubles affectifs	202
Self Help Against Depression / Entraide pour vaincre la dépression (SHAD / EVD)	202
Les Déprimés Anonymes	203
Les autres groupes d'entraide	203
Les troubles anxieux	204
L'Association du trouble obsessif-compulsif	206
Fondation du trouble obsessif-compulsif de l'Hôpital général de Montréal	206
Le groupe d'entraide La Lanterne	207
AMI Québec (sous-groupe du trouble obsessif-compulsif)	207
Émotifs Anonymes	207
Fondation Canadienne pour les Agoraphobes inc.	
Phobies-Zéro	209
Groupes d'entraide destinés aux gens aux prises avec une phobie, en particulier l'agoraphobie	210
Les troubles de la personnalité	
Anorexie-boulimie (troubles de l'alimentation)	
Unité des Troubles de l'Alimentation	
Fondation de l'anorexie nerveuse et boulimie du Québec (ANEB)	
Groupes d'entraide pour anorexiques et boulimiques dans la région de Québec	216
Outremangeurs Anonymes	
Collectif action alternative en obésité (CAAO)	
Jeu compulsif	
Tel Jeu : aide et référence	
Centre de Traitement des Joueurs Pathologiques de l'Université Laval	219
Gamblers Anonymes	
Gam-Anon	220
Autres ressources pour personnes aux prises avec des compulsions	221
Workaholics Anonymous	221
Groupe d'entraide sur la surconsommation	221
Dépendants anonymes sexuels et affectifs (DASA)	221
La déficience intellectuelle	
Fédération québécoise des centres de réadaptation pour les personnes présentant	
une déficience intellectuelle	222
Liste des établissements indépendants de la FOCRPDI	225
Association du Québec pour l'intégration sociale	227
Association de Parents de l'Enfance en difficulté de la Rive-Sud de Montréal Ltée.	230
Institut québécois de la déficience mentale	231
La Fondation Peter Hall Société d'aide au développement affectif de l'enfant	231
La trisomie 21	232
Association de parents d'enfants trisomiques du Montréal Métropolitain Inc.	233
Association du Syndrome de Down de l'Estrie	23/
Association de parents d'enfant trisomique-21 Laurentides-Lanaudière	234
1	454

Chapitre 3 : Les problèmes sociaux	
Les problèmes sociaux	220
L'analphabétisme	240
Commissions scolaires.	240
La Fondation québécoise pour l'alphabétisation	240
Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la condition féminine (CDEACF)	241
The Center for Literacy / Le Centre de l'alphabétisation	242
Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec	242
Mouvement d'éducation populaire et d'action communautaire du Québec (MÉPACQ)	2.47
Programme national d'alphabétisation - Secrétariat national à l'alphabétisation	247
L'itinérance	249
Réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal (RAPSIM)	250
Centre de référence du Grand Montréal (C.R.G.M.)	251
Regroupement des maisons d'hébergement jeunesse du Québec	. 251
La pauvreté	
Consommation	
La Fédération des Associations coopératives d'économie familiale (FACEF)	256
Logement	257
Regroupement des comités logement et associations de locataires du Québec (RCLALQ)	
Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU)	
Membres du RCLALQ ou du FRAPRU (membres participants et associés)	
Table de concertation sur la faim du Montréal métropolitain	
Groupes d'intérêt	
La Fédération Québécoise Anti-Pauvreté inc	
Front Commun des Personnes Assistées Sociales du Québec (FCPASQ)	
Mouvement d'éducation populaire et d'action communautaire du Québec	
Les sectes et les abus de confiance	
Corporations professionnelles	. 263
ACEF-Centre.	264
Info-Secte (Centre de documentation et de consultation sur la pensée sectaire)	264
Les Sceptiques du Québec	
Le suicide	. 266
Association québécoise de suicidologie	268
Lignes d'intervention téléphonique	. 269
Suicide Information and Education Centre (SIEC)	. 269
Le tabagisme	
Fédération des CLSC du Ouébec	271
Santé Canada	271
Association Québécoise des non-fumeurs	. 2/1
Fondation des maladies du coeur du Québec	272
Société canadienne de cancer - Division du Québec	. 272
Liste d'intervenants impliqués dans des programmes de cessation du tabagisme	. 273
La violence	274
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)	2/4
Centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)	275
Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV) Inc	. 276

Aide juridique
a violence envers les ames.
Société pour la Prévention des Abus envers les Aînés (S.P.A.A.) du Québec
Maison Jeanne Simard
A violence envers les enfants Capsule juridique
a violence envers les personnes handicapées
Capsule juridique
pour femmes victimes de violence conjugale
Regroupement québécois des centres d'aide et de lutte contre les agressions
à caractère sexuel (CALACS)
Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail
Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail

Sécurité	. 322
Parents-Secours du Québec inc	. 322
Le Réseau Enfants Retour Canada	. 323
Education	. 324
Association québécoise pour les troubles d'apprentissage (AQETA)	. 324
Benevolat auprès des jeunes	325
Association des Grands Frères et Grandes Soeurs du Québec	. 325
Les Associés Bénévoles au Service des Jeunes	. 325
Capsule juridique	. 325
La violence faite aux enfants	. 325
Les jeunes contrevenants	. 325
Ressource spécialisée	. 326
Du féminin	
Le Conseil du Statut de la femme (CSF)	327
Les femmes et leur santé	328
Le Regroupement des Centres de santé des femmes	
Les cancers féminins	330
Le cancer du sein	
Programmes de soutien et d'informations aux femmes atteintes de cancer du sein	
Par le Groupe Action Cancer du sein de Montréal (ACSM)	
Le cancer du poumon	
Le cancer du col de l'utérus	
La ménopause	
L'ostéoporose	
La Fondation ménopause / ostéoporose	
La vie de tous les jours	
L'R des Centres de femmes du Québec	. 333
L'Association féminine d'éducation et d'action sociale (A.F.E.A.S.)	. 336
Le Centre des Femmes de Montréal	
Hébergement / logement pour femmes en difficulté à faible ou très faible revenu	
Association d'entraide Le Chaînon Inc	. 337
Les Maisons de l'Ancre Inc	. 338
Réseau hébergement femmes	. 338
Questions d'ordre juridique	. 338
La Commission des services juridiques du Québec.	. 338
Téléphone juridique	. 338
«Réponse juridique»	. 338
Pour Montréal et sa région	. 338
Clinique d'aide juridique de McGill	. 338
Atelier d'Éducation populaire	. 338
Aid and Hands	. 338
Clinique juridique Montréal-Nord	. 338
Re-partir - Rive-Sud	. 338
Inform'elle - «Pour connaître vos droits» - Saint-Hubert	. 338
au masculin	. 339
Réseau Hommes Québec	. 339
L'entraide pour hommes de Montréal	. 339
Groupe d'entraide aux pères et de soutien à l'enfant (ASHD) inc	. 340
A consistion des pàres gais de Montréal	. 341
Association des Peres gais de Monteau	. 342
Autres ressources	. 342
En famille	2.40
	343
Bureau québécois de l'année internationale de la famille	343

Organismes de soutien à la famille	. 344
La Fédération des Unions de familles	. 344
Pagraunament inter organismes pour une politique familiale au Québec (RIOPFO)	. 344
La Confédération des Organismes Familiaux du Québec (COFAO)	. 343
Fédération de la Famille de Ouébec	. 545
Organismes de soutien au couple	. 540
L'Association des psychothérapeutes conjugaux et familiaux du Quebec (APCFQ)	. 340
Famille Nouvelle	. 540
Conseil de la famille du Québec	. 340
Service d'orientation des fovers	. 346
Organismes de soutien aux parents	. 340
Parents Anonymes	. 347
Parentraide	. 347
Groupes Entre-parents	. 347
Education Coup-de-fil	. 348
L'adoption	. 348
Le Secrétariat à l'adoption internationale	. 348
Le Secrétariat à la famille.	. 348
Mouvement Retrouvailles	. 349
Les familles monoparentales	. 350
Fédération des associations de familles monoparentales du Québec (FAFMQ)	. 350
Planification des naissances.	. 351
La Fédération du Ouébec pour le planning des naissances (FOPN)	. 351
Service d'information en contraception et sexualité de Québec (SICSQ)	. 352
Avant et après la naissance	. 353
Grossesse-Secours	. 353
Birthright	. 353
Le réseau des Centres de femmes du Québec	. 353
Naissance-Renaissance	
Les maisons de naissance et les sages-femmes	
L'aide aux nouveaux parents	
Les Relevailles de Montréal	. 355
L'allaitement	
Nourri-source	
Ligue La Leche (LLL)	
La garde de l'enfant	. 357
L'Office des services de garde à l'enfance	. 357
Le divorce	
La médiation	. 358
L'Association de Médiation Familiale du Québec	
Le divorce sans médiation	. 360
Renseignements sur vos droits éventuels à l'aide juridique	. 360
Renseignements sur les avocats ou les notaires	. 360
La perception automatique des pensions alimentaires	. 361
L'Association pour le recouvrement des pensions alimentaires FOCUS	. 361
Visites parents/enfants	. 362
«Le Mitoyen»	
vec les aînés	. 363
Santé	363
Programmes spéciaux assurés par la Régie de l'assurance-maladie du Ouébec (RAMO)	. 363
Le programme de médicaments et de services pharmaceutiques	. 363
Vaccin contre la grippe	. 363
Autres programmes	. 363

Activité physique	36/
Direction de la condition physique - Santé Canada	36/
Viactive (Programme d'activités physiques pour les aîné(e)s)	36/
La vie de tous les jours	36/
Association et ressources d'intérêt général.	36/
Fédération de l'Âge d'Or du Québec (FADOQ)	367
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées	504
et préretraitées (AQDR)	266
Association internationale francophone des aînés.	260
Fédération des aîné(e)s dynamiques du Québec	268
Fédération nationale des retraités et aitevens âgés	266
Fédération nationale des retraités et citoyens âgés	369
Association canadienne des personnes retraitées (C.A.R.P.)	369
La Voix - Le réseau canadien des aînés	369
Association nationale des retraités fédéraux (ARNF)/Montréal	
Association des retraité(e)s du gouvernement du Québec	
Association québécoise de gérontologie	371
Logement et hébergement	371
LOGIRENTE	
Regroupement des aidantes et aidants naturel(le)s de Montréal (RAANM)	
Services à domicile	
Travail	374
Programme d'adaptation pour les travailleurs âgés (PATA)	374
Sécurité	374
Programme de prévention des blessures chez les aîné(e)s	374
Conduite automobile	
Questions juridiques	375
Mandat en cas d'inaptitude et curateur public	
Testament	375
Relations grands-parents - petits-enfants	
L'Association GRAND (Grands-Parents Requérant Accès Naturel et Dignité)	376
La dernière étape!?	377
Deuil-Secours	377
Les Amis Compatissants du Québec / The Compassionate Friends of Québec	377
Deuil-Entraide - Association d'entraide Ville-Marie	378
Association des veuves de Montréal	
Après le suicide d'un être cher / Family survivor of suicide (ASEC / FSOS)	379
Apres le suicide d'un ette chei / Fainny survivoi of suicide (ASDE / 1505)	
Chapitre 5 : Le réseau de la santé et des services sociaux	
	202
Structure nationale du réseau de la santé et des services sociaux	
Ministère de la Santé et des Services sociaux	384
Les régies régionales de la santé et des services sociaux	384
Les établissements de santé et de services sociaux	385
Les établissements de sante et de services sociaux	385
Les centres hospitaliers	386
Les CLSC	386
Services offerts par les CLSC	296
Programmes	280
Vous avez besoin de moins de 5 heures de services par semaine à domicile	
Vous avez besoin de services intensifs et à long terme, à domicile	200
(plus de 5 heures par semaine)	200
Montréal métropolitain	389

Soutien aux familles Agences privées Les centres d'adaptation-réadaptation Région de Montréal Ailleurs au Québec Cliniques privées	. 391 . 391 . 392 . 395
Chapitre 6 : Les organismes publics	and in
Développement des ressources humaines Canada	
L'OPHQ (Office des personnes handicapées du Québec)	402
La COPHAN (Confédération des organismes provinciaux de personnes	
handicapées du Québec)	404
NIC (Nous nous intégrons en commun)	
AMEIPHQ (Association multi-ethnique pour l'intégration des personnes handicapées)	
La Société pour les enfants handicapés du Québec	
Autres organismes, région de Montréal	408
Kéroul (Bureau de développement touristique pour personnes physiquement handicapées) P.I.M.O. (Promotion Intervention en Milieu Ouvert inc.)	
A.Q.L.P.H. (Association québécoise de loisirs pour personnes handicapées)	408
Loisirs pour personnes handicapées	408
Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de la Rive-Sud de Montréal S.I.V.E.T. (Service d'interprétation visuelle et tactile)	408
Services communautaires catholiques	
Regroupements d'organismes et d'associations de personnes handicapées du Québec	
Groupement des associations de personnes handicapées	
de la Rive-Sud de Montréal (G.A.P.H.R.S.M.).	
Regroupement des associations de personnes handicapées de Richelieu-Yamaska	
Regroupement de promotion pour personnes handicapées de la région 04 Sud	409
Regroupement des organismes de promotion pour personnes handicapées	
de la région 04 Nord	
Groupement des organismes de personnes handicapées du Saguenay	410
Regroupement des organismes de promotion du Bas-du-Fleuve	410
Regroupement des associations de personnes handicapées de la Gaspésie	410
Centre de l'amicale des handicapés de l'Outaouais	410
Organismes d'entraide / bénévolat	
La Fédération des centres d'action bénévole du Québec	411
L'Association des auxiliaires bénévoles des établissements de santé du Québec	411
Armée du Salut	411
Parrainage Civique de la Banlieue Ouest de Montréal	411
Partage humanitaire (Montréal)	412
YMCA de Montréal	412
Clubs sociaux	412

Chapitre 7 : Les aides techniques	
Les différentes aides techniques	415
Le téléphone adapté	416
Appareils de marche, orthèses, prothèses et autres équipements	417
Achat- Aide financière d'organismes publics.	417
Equipements défrayés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec	417
Programme de prothèses, appareils orthopédiques, dispositifs, fauteuils roulants	
ou autres équipements	418
Programme d'aides visuelles	420
Programme d'aides auditives	421
Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ).	423
Fonds régional des Régies régionales de la santé et des services sociaux	425
Anciens Combattants Canada	
CRIDEAT (Centre régional d'information, de démonstration et d'évaluation	
des aides techniques)	
Achat- Aide financière d'organismes privés	
Assurances personnelles	428
Parade des Dix Sous	
Club Rotary	
Prêt d'aides techniques	
Location d'aides techniques	
Fauteuils roulants	431
Achat- Aide financière d'organismes publics	
RAMQ (Régie de l'assurance-maladie du Québec)	431
Ministère de la Sécurité du revenu (prestataires de la Sécurité du revenu)	431
Fauteuils roulants usagés	433
Prêts de fauteuils roulants	434
CLSC	
SCSP (Société canadienne de la sclérose en plaques) Division du Québec	434
La Parade des Dix Sous à Montréal	434
Location de fauteuils roulants	435
Service de location	433
Prestations spéciales	435
Vêtements adaptés	
Autres types d'aides disponibles sur le marché	126
Autres types d'aides disponibles sur le marche	450
Charitys 0 . Los corrieres à dominile	
Chapitre 8 : Les services à domicile	
Entretien ménager, peinture, réparation, travaux extérieurs	443
Coiffure à domicile	443
Livres à domicile	443
Montréal - Biblio-courrier	443
Ribliothèque Jacques-Ferron (Longueuil)	444
Ribliothèque Jeanne-Cypihot	444
Ailleurs au Québec	444

Livres sur cassettes
Repas à domicile
Autres services à domicile
Chapitre 9 : Les assurances
Police d'assurance individuelle ou collective.45Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes45Le BAC (Bureau d'assurances du Canada)45
Régimes publics.45-L'assurance-chômage du Canada45-CSST (Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec)45-Le Régime des rentes du Québec et le Régime de pension du Canada45-
L'assurance-hospitalisation
Pour les prestataires de la Sécurité du revenu
Liste des publications gratuites disponibles à l'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes inc
L'assurance voyage
Chapitre 10 : Les moyens de transport
Transports adaptés publics
Transports adaptés publics
Transports adaptés publics
Transports adaptés publics
Transports adaptés publics46Alliance des regroupements des usagers du transport adapté du Québec (ARUTAQ)464Transport adapté privé465Transport adapté interurbain465Transport par autobus465Billet gratuit pour l'accompagnateur466Transport par train466Billet gratuit pour l'accompagnateur466Transport aérien466Air Canada et ses filiales Air Alliance, Air Nova et Air Ontario466Lignes aériennes Canadien International et sa filiale Inter-Canadien467
Transports adaptés publics Alliance des regroupements des usagers du transport adapté du Québec (ARUTAQ) 464 Transport adapté privé 465 Transport par autobus 465 Billet gratuit pour l'accompagnateur 466 Transport par train 466 Billet gratuit pour l'accompagnateur 466 Air Canada et ses filiales Air Alliance, Air Nova et Air Ontario 466 Lignes aériennes Canadien International et sa filiale Inter-Canadien 466 Autres lignes aériennes. 466
Transports adaptés publics. Alliance des regroupements des usagers du transport adapté du Québec (ARUTAQ) 466 Transport adapté privé. 466 Transport par autobus 466 Billet gratuit pour l'accompagnateur 466 Transport par train 466 Billet gratuit pour l'accompagnateur 466 Transport aérien 466 Air Canada et ses filiales Air Alliance, Air Nova et Air Ontario 466 Lignes aériennes Canadien International et sa filiale Inter-Canadien 466 Autres lignes aériennes. 4666 Remboursement des frais de transport et de séjour reliés à des traitements médicaux ou des soins d'adaptation-réadaptation 4666
Transports adaptés publics. 46 Alliance des regroupements des usagers du transport adapté du Québec (ARUTAQ) 46 Transport adapté privé. 46 Transport adapté interurbain 46 Transport par autobus 46 Billet gratuit pour l'accompagnateur 46 Transport par train 46 Billet gratuit pour l'accompagnateur 46 Transport aérien 46 Air Canada et ses filiales Air Alliance, Air Nova et Air Ontario 46 Lignes aériennes Canadien International et sa filiale Inter-Canadien 46 Autres lignes aériennes 46 Remboursement des frais de transport et de séjour reliés à des traitements médicaux ou des soins d'adaptation-réadaptation 46 Prestataires de la Sécurité du revenu 46 Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) 46 SAAQ, CSST, et IVAC 476
Transports adaptés publics. Alliance des regroupements des usagers du transport adapté du Québec (ARUTAQ) 466 Transport adapté privé. 466 Transport par autobus 466 Billet gratuit pour l'accompagnateur 466 Transport par train 466 Billet gratuit pour l'accompagnateur 466 Transport aérien 466 Air Canada et ses filiales Air Alliance, Air Nova et Air Ontario 466 Lignes aériennes Canadien International et sa filiale Inter-Canadien 466 Autres lignes aériennes. 4666 Remboursement des frais de transport et de séjour reliés à des traitements médicaux ou des soins d'adaptation-réadaptation 466 Prestataires de la Sécurité du revenu 466

Chapitre 11 : L'hébergement, le logement et l'adaptation de domicileL'hébergement475L'hébergement temporaire475Ressources publiques au Québec475Hébergement temporaire dans un centre de réadaptation486Hébergement temporaire en centres hospitaliers de courte durée (CHCD)482Ressources privées en hébergement temporaire483Hébergement à court terme pour enfants handicapés484L'hébergement permanent485Ressources publiques485Ressources privées485Le logement486HLM (Habitation à loyer modique) via l'Office municipal d'habitation487SHDM (Société d'habitation et de développement de Montréal)491Lq programme de logement sans but lucratif privé491La Société LOGIQUE (service d'information-logement)491Supplément au loyer via SHQ et SCHL492Adaptation de domicile494Aide financière4941. SHQ (Société d'habitation du Québec) - Programme PAD4952. SAAQ (Société d'assurance automobile du Québec)4963. CSST (Commission de la santé et de la sécurité au travail)496
L'hébergement temporaire
Comment obtenir des références d'entreprises aptes à adapter votre logement ?
Aide au déménagement
Chapitre 12 : L'éducation et la formation
Niveaux primaire et secondaire Niveau collégial. Association Québécoise des Étudiants(es) Handicapés(es) au Post-Secondaire inc. / Quebec Association of Post Secondary-Disabled Students Éducation aux adultes Formation à distance Niveau secondaire Niveau collégial. Niveau universitaire. 503 504 505 507 507 507 507
Télé-Université

Aide financière500Ministère de l'Éducation du Québec500Programmes des prêts et bourses500Programme d'allocations pour les besoins particuliers500SPRINT (Subventions et prêts individuels aux travailleurs et travailleuses)500Éducation populaire510Subventions pour l'éducation populaire51Publications sur l'intégration scolaire51
Chapitre 13 : Le travail
Programmes et services de l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)51'1 - Le Plan d'embauche51'2 - Contrat d'intégration au travail (CIT)523 - Centres de travail adapté (CTA)52Services externes de main-d'oeuvre (SEMO)Programme et services du ministère du Développement des ressources humaines521 - Loi sur l'équité en matière d'emploi522 - Programme de contrats fédéraux523 - Information sur le marché du travail524 - Assistance à l'emploi52
5 - Perspectives d'emploi
Programmes et services du ministère de la Sécurité du revenu du Québec531 - Corporations intermédiaires de travail532 - Programme d'aide à l'intégration à l'emploi (PAIE)533 - Expérience de travail (EXTRA)534 - Soutien à l'emploi autonome (offert conjointement avec la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre)535 - Stage en milieu de travail54
Programmes et services de la Société québécoise de développement
de la main-d'oeuvre541 - Accueil, information et référence542 - Service d'orientation543 - Programme d'aide aux individus54
Programmes et services des centres de réadaptation541 - Évaluation des capacités de travail542 - Ateliers de travail543 - Intégration à l'emploi544 - Stages en milieu de travail54Programmes et services des commissions scolaires54
Programmes et services d'associations aidant les personnes vivant
avec une déficience physique, mentale ou intellectuelle. Le droit du travail : les normes minimales. 1 - À qui s'applique la loi ? 2 - Dans certains cas, la loi ne s'applique pas 3 - Le salaire minimum 4 - Les vacances et les congés Les fêtes payées Les congés Congés de maternité. 54 55

5 - Le retrait préventif	552
6 - Congé parental	554
8 - On vous met à la porte du jour au lendemain ? Pas si vite, vous avez des droits!	555
9 - La retraite	555
Faites respecter vos droits, vous avez des recours!	556
1 - On vous doit votre salaire ou des avantages sociaux	556
2 - On vous a congédié, suspendu ou déplacé injustement ?	556
3 - Vous avez été congédié pour aucune des raisons précédentes ni aucune raison suffisante	
et vous avez 3 ans de service continu dans la même entreprise?	
Le droit du travail et les obligations et devoirs de l'employeur	558
La Charte québécoise interdit	338 558
La Loi canadienne sur les droits de la personne interdit	558
2 - Favoriser l'intégration et l'embauche	559
La Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées	
La Loi sur l'équité en matière d'emploi	
Les programmes d'accès à l'égalité de la Charte québécoise	
L'obligation d'accommodement pour l'employeur	560
Autres ressources sur le droit du travail	
Les centres de travail adapté du Québec (CTA)	
Volet « Création d'entreprises adaptées» du programme Contrat d'intégration	
	562
au travail de l'OPHQ: Les entreprises adaptées subventionnées	
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	568
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	568
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	568
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	568
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566 568 573 573 575
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)	566 568 573 573 575
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne	566 568 573 573 575
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination?	566 568 573 573 575 576
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail	566 568 573 573 575 576 578
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail. Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre . Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne. Égalité, discrimination, déficience, handicap Attention!	566 568 573 573 575 576 578 578
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail. Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre. Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne. Égalité, discrimination, déficience, handicap Attention! Vos droits en tant qu'individu. Le Code civil du Québec vous protège.	566 568 573 573 575 576 578 578 578
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail	566 568 573 573 575 576 579 580 581
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne. Égalité, discrimination, déficience, handicap Attention! Vos droits en tant qu'individu. Le Code civil du Québec vous protège. La curatelle, la tutelle, le conseiller: une aide parfois nécessaire La tutelle	566 568 573 573 575 576 576 578 580 581 582 583
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne. Égalité, discrimination, déficience, handicap Attention! Vos droits en tant qu'individu. Le Code civil du Québec vous protège. La curatelle, la tutelle, le conseiller: une aide parfois nécessaire La tutelle. La tutelle. Le conseil.	566 568 573 573 575 576 578 578 581 582 583
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail. Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre. Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne. Égalité, discrimination, déficience, handicap Attention! Vos droits en tant qu'individu. Le Code civil du Québec vous protège. La curatelle, la tutelle, le conseiller: une aide parfois nécessaire La curatelle. La tutelle. La tutelle. La conseil. Le mandat en prévision d'inaptitude.	566 568 573 573 575 575 578 578 580 581 582 583
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits	566 568 568 573 573 575 576 579 580 581 582 583 583
Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO). Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle. Chapitre 14: La santé et vos droits Vous pensez être victime de discrimination? La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits. La Déclaration canadienne des droits de la personne. La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise. La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la Charte québécoise. La Loi canadienne sur les droits de la personne. Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne. Égalité, discrimination, déficience, handicap Attention! Vos droits en tant qu'individu. Le Code civil du Québec vous protège. La curatelle, la tutelle, le conseiller: une aide parfois nécessaire La tutelle. La tutelle. Le conseil.	566 568 568 573 573 575 576 579 580 581 582 583 583

L'euthanasie : question controversée	588
Vous utilisez des services ou êtes hospitalisé ?	589
1 - Le droit à l'information	589
2 - Le droit d'être traité avec respect et soigné avec compétence	591
3 - Le droit de choisir	592
4 - Le droit d'être accompagné ou représenté par une personne de votre choix	592
Vous n'êtes pas satisfait ? Dites-le!	592
Vous pouvez bénéficier d'avantages fiscaux	
Au fédéral	597
Autres lois et organismes qui vous protègent	
Lois provinciales	599
La Loi visant à favoriser le civisme	599
La Loi sur l'aide aux victimes d'actes criminels	
Lois fédérales	
Le Code canadien du travail	600
La loi de 1987 sur les transports nationaux	600
Chapitre 15 : Les divertissements	and the state of t
Organisma provincial (ganyarmamental)	602
Organisme provincial (gouvernemental)	
Associations provinciales (non gouvernementales)	603
Tourisme et plein air	603
KEROUL (Association de développement touristique	600
pour les personnes handicapées du Québec)	603
Loisirs	605
L'Association québécoise de loisir pour personnes handicapées et le réseau	(05
des associations régionales	
Sports	605
Contro Infotossiones	
Centre Infotourisme	607

des problèmes de santé physique ou mentale ou encore des problèmes d'origine sociale.

Les deux premiers chapitres se penchent sur les diverses problématiques concernant la santé physique ou mentale, le tout sous forme de «fiches» comprenant sensiblement les mêmes éléments : la description de la déficience ou du problème, les symptômes, les causes, les traitements, l'état de la recherche ainsi que les ressources et associations afférentes.

La société évolue et change constamment. Cela entraîne des phénomèmes nouveaux que nous tentons de définir au chapitre trois.

Durant les différentes périodes de leur vie, la plupart des gens ont à affronter des situations difficiles. Le chapitre quatre les oriente vers l'aide adéquate.

Enfin, le reste du guide regroupe les ressources disponibles aux personnes handicapées dans tous les aspects de leur vie, que ce soit au travail ou dans les loisirs, sans oublier l'aspect juridique élaboré davantage dans le chapitre quatorze.

Nous avons essayé, dans la mesure du possible de répertorier les ressources disponibles pour l'ensemble du Québec. Afin de faciliter la consultation de ce guide, nous les avons classées dans les 16 régions administratives du Québec.

La carte de la page suivante montre les limites géographiques de ces régions.

Ouvrages consultés

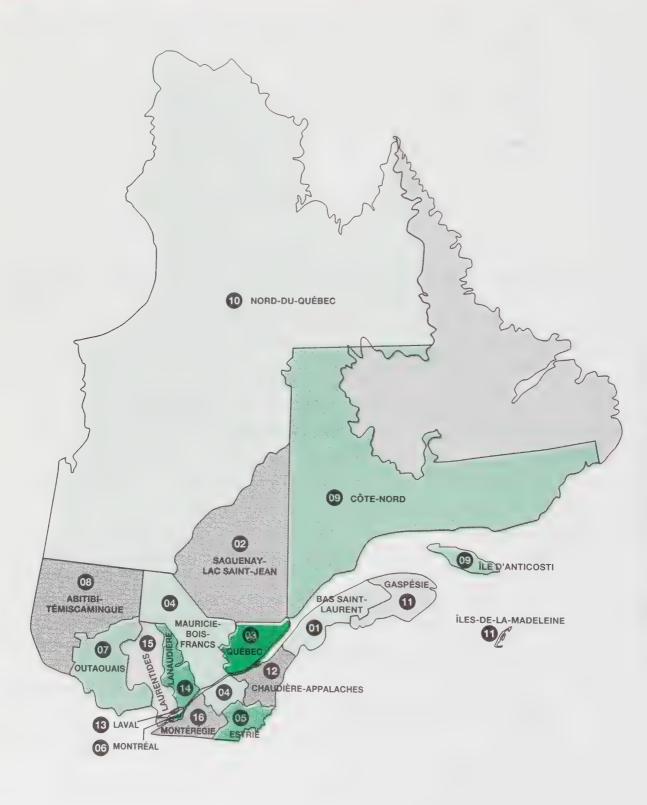
En plus de la documentation fournie par les organismes et les associations, nous avons consulté, entres autres, les ouvrages suivants lors de la rédaction de ce guide.

Barbeau, Me Louis (en collaboration avec Me Sophie Alain). 1995. **Vous et les privilèges de l'âge**. Edibec inc. et la Fédération de l'Âge d'or du Québec.

Lalonde, Grunberg et collaborateurs. 1988. **Psychiatrie clinique - Approche bio-psycho-sociale**. Gaétan Morin Éditeur.

American Psychiatric Association. 1994. DSM-IV - **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**. 4e édition.





CHAPITRE 1

Les maladies et déficiences physiques



es personnes avec acouphènes

Description

Pruits dans les oreilles, bourdonnements, tintements, sifflements, pulsations, cliquetis.

Au Québec, environ 600 000 personnes sont touchées, dont 60 000 sévèrement.

Causes possibles

- · Problèmes du système auditif.
- Troubles cardio-vasculaires.
- Désordres métaboliques et immunologiques (diabète, arthrite, allergie...).
- · Consommation abusive de caféine, nicotine, alcool et drogue.
- Mauvaise alimentation.
- Manque d'exercice et surmenage.

État actuel de la recherche

Certains médicaments, dont les anticonvulsifs, ont amené des résultats positifs.

Chirurgie : le succès dépend de la cause des acouphènes.

Aujourd'hui, il est possible de recommander certaines méthodes de soulagement pour un grand nombre de personnes, notamment l'acupuncture, la massothérapie, l'ostéopathie, la relaxation et un meilleur équilibre de vie (alimentation, exercice).

Association

 Regroupement Québécois pour Personnes avec Acouphènes (R.Q.P.A.)

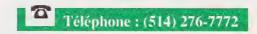
Pour toutes les régions du Québec, contacter le siège social à Montréal : 7400, boulevard Saint-Laurent, local 401 Montréal (Québec) H2R 2Y1

Objectifs

- Transmettre de l'information sur l'état actuel des connaissances dans ce domaine.
- · Initier les recherches multidisciplinaires au Québec sur les acouphènes.
- Travailler à obtenir des subventions des organismes gouvernementaux et privés.

Services offerts

- Groupes d'entraide soutien, les G.E.I.R.A., pour : Groupe d'Entraide, Information, Réconfort et Accommodation aux Acouphènes, proposant des activités éducatives fournissant l'occasion d'explorer et/ou solutionner les problèmes causés par les acouphènes.
- Service d'écoute téléphonique.
- Bulletin d'information «L'Oreille Bruyante ».
- Références sur les ressources professionnelles régionales.
- · Centre de documentation : cassette vidéo disponible pour achat et location.



Mes allergies alimentaires

Description

n utilise généralement le terme d'allergies alimentaires pour décrire une variété de réactions contraires et anormales à la consommation d'aliments, allant d'un léger malaise à une indisposition mettant en danger la vie de la personne. On estime que les allergies sont une réaction du système immunitaire par laquelle les mécanismes de défense de l'organisme - ou anticorps - tentent de rejeter les envahisseurs étrangers.

Symptômes

Les symptômes peuvent apparaître dès que l'aliment est consommé ou un peu plus tard. Les **effets immédiats** sont généralement :

- de l'urticaire, de l'asthme, des vomissements ou de la diarrhée ;
- un choc anaphylactique (choc généralisé du système qui affecte de nombreux organes et risque de mettre en danger la vie de la personne).

Les effets à retardement sont souvent très subtils et peuvent se présenter sous forme de lésions cutanées, respiration difficile, dépression, fatigue, douleurs et malaises.

Traitement

Les personnes moins sensibles peuvent avoir recours à leur propre antihistaminique. Pour les cas plus graves, on administre souvent de l'adrénaline ou épinéphrine. Mais c'est uniquement en évitant de consommer l'aliment problème que l'on peut prévenir les réactions allergiques.

État actuel de la recherche

La Direction Générale de la Protection de la Santé a identifié les aliments et additifs alimentaires suivants comme étant la cause des réactions les plus fréquentes ou les plus graves :

- les produits du maïs ;
- les produits des oeufs ;
- les poissons et fruits de mer ; le glutamate de sodium ;
- les arachides, fèves soya, noix, graines et leurs huiles ou extrait.
- les produits laitiers et le lactose; les sulfites;
- les graisses et huiles animales ; la tartrazine ;
 - e glutamate de sodium ; le blé et le gluten ;

Règlementation pour l'étiquetage des aliments

Afin de mettre fin à leurs problèmes alimentaires particuliers, les sujets allergiques ont besoin de renseignements précis sur les ingrédients. Des règlements complets sur l'étiquetage des aliments ont été promulgués et maintenant, les étiquettes de la plupart des aliments pré-emballés doivent contenir toute une gamme de renseignements, y compris la liste des ingrédients par ordre décroissant selon la proportion ou le pourcentage renfermés par le produit.

Les ingrédients doivent généralement être mentionnés d'après leur nom commun. Lorsque des ingrédients sont facultatifs ou peuvent être substitués à d'autres dans la préparation d'un produit, l'étiquette doit indiquer tous les ingrédients susceptibles d'être incorporés au produit au cours de l'année. Votre médecin et votre hôpital peuvent vous renseigner à ce sujet.

Description

aladie dégénérative du cerveau qui provoque la perte de la mémoire et une diminution progressive des fonctions intellectuelles et motrices. Elle est irréversible. Plus de 250 000 Canadiens et 41 000 Québécois en sont affectés. La véritable cause de la maladie d'Alzheimer est encore inconnue.

Symptômes

- Altération des facultés intellectuelles (mémoire, orientation, jugement, langage, concentration, pensée abstraite).
- Changements dans la personnalité, l'humeur, le comportement et la coordination des mouvements.

Recherches en cours

- La mise au point de meilleurs outils pour diagnostiquer la maladie.
- · L'étude microscopique des cerveaux de personnes décédées.
- · Le choix de médicaments.
- La recherche sur les habitudes de vie et sur des caractéristiques génétiques.
- L'avancement des recherches faites sur des animaux.
- La maladie pourrait provenir d'un dépôt amyloide, d'un virus lent, d'un déséquilibre biochimique ou d'une réponse inflammatoire dans le cerveau.

Associations et organismes

◆ La Fédération québécoise des sociétés Alzheimer 1474, rue Fleury Est Montréal (Québec) H2C 1S1



La Fédération regroupe 19 sociétés régionales et 2000 membres individuels.

Mission

La mission de la Fédération est d'alléger les conséquences personnelles et sociales de la maladie d'Alzheimer.

Objectifs

- Diffuser l'information auprès du public sur cette maladie.
- Promouvoir et assurer l'avancement de la cause Alzheimer au Québec.
- Soutenir et représenter les sociétés régionales qui offrent aide et information afin de soulager la détresse et l'incapacité causées par cette maladie ou les affections associées, que ce soit en oeuvrant auprès des personnes atteintes, de leurs proches ou des intervenants.

'Alzheimer

- Promouvoir et encourager la recherche sur la maladie d'Alzheimer, entre autres, par la gestion d'un fonds provincial de la recherche.
- Établir des relations et faire les représentations auprès des autorités concernées.

Services offerts par les sociétés régionales

- Centre de documentation pour les membres, les professionnels de la santé et le grand public.
- Publication d'un bulletin d'information.
- Registre d'errance Alzheimer.
- Groupe de soutien pour les familles.
- Accompagnement, formation et information pour les professionnels de la santé, les bénévoles et le grand public.
- Service de répit à domicile : gardiennage gratuit pour les membres assuré par les groupes de bénévoles de certaines sociétés.

Note: Veuillez vérifier la liste des services offerts par chaque société régionale.

Ailleurs au Québec



La Fédération québécoise des sociétés Alzheimer

Bas-Saint-Laurent

Téléphone: (418) 562-5741

Saguenay-Lac Saint-Jean

Téléphone: (418) 668-0161

Ouébec

Téléphone: (418) 527-4294

Mauricie-Bois-Francs

Mauricie

Téléphone: (819) 376-7063

Drummondville

Téléphone : (819) 398-5252 Sans frais : 1 800 353-1114

Estrie

Téléphone: (819) 821-5127

Montréal

Téléphone: (514) 931-4211

Outaouais

Téléphone: (819) 777-4232

Abitibi-Témiscamingue

Vallée de l'Or

Téléphone: (819) 825-3093

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 764-3554

Côte-Nord

Téléphone: (418) 968-1420

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Téléphone: (418) 368-7208

Laval

Téléphone: (514) 629-0966

Lanaudière

Téléphone: (514) 589-6119

Laurentides

Téléphone : (819) 326-7136

Sans frais : 1 800 978-7881

Montérégie

Haut-Richelieu

Téléphone: (514) 347-5500

Rive-sud

Téléphone : (514) 672-4899 Vallée des Patriotes

Téléphone: (514) 778-2572,

poste 124 **Granby**

Téléphone: (514) 777-3363

es Amputés de guerre

Description

es Amputés de guerre regroupent des anciens combattants amputés qui ont été blessés lors des deux guerres mondiales ou de la guerre de Corée, ainsi que des enfants amputés dont l'amputation peut être attribuée à une anomalie congénitale, à des raisons médicales ou à la suite d'un accident.

État de la recherche

Les personnes amputées ont maintenant accès à des membres artificiels traditionnels, à des prothèses adaptées pour le sport et les loisirs, et à des prothèses myoélectriques.

Associations et organismes

 Les Amputés de guerre du Canada Bureau principal
 2827, promenade Riverside
 Ottawa (Ontario) K1V 0C4

Division du Québec

606, rue Cathcart, bureau 530 Case Postale 11027, succursale Centre-ville Montréal (Québec) H3B 4W6



Objectif

La mission de l'Association est de sensibiliser le public à la prudence, d'assurer des emplois aux personnes amputées et autres handicapés (grâce entre autres aux plaques porte-clés), d'améliorer la qualité de vie des anciens combattants amputés, d'aider les nouveaux amputés à s'adapter, de faciliter leur intégration sur le marché du travail et de leur fournir un appui financier et un soutien moral.

Services offerts

- Plaques porte-clés et étiquettes-adresse personnalisées.
- Bulletin d'information et productions vidéo.
- Séminaires provinciaux annuels.
- Aide financière pour l'achat de membres artificiels et d'appareils spécialisés.

Les programmes

- «Vainqueurs», pour les enfants amputés : il fournit une aide financière pour l'achat de membres artificiels et pour tous les autres frais qui y sont reliés.
- «Les Mères solidaires»: jumelage de deux familles qui vivent une situation semblable.
- «Envol»: initiation à l'informatique pour les enfants ayant plus d'un membre amputé.
- «Jouez prudemment» et «Prudence au volant» pour sensibiliser les jeunes à la prudence.

anémie falciforme

Description

l'anémie falciforme est une maladie du sang qui affecte surtout les Noirs. Leur hémoglobine (la substance colorée des globules rouges) ressemble à une faucille plutôt que d'être ronde; cette déformation cause la destruction des globules.

Le porteur du **trait falciforme** n'a pas la maladie, mais il transmet le gène de génération en génération.

Symptômes

Parmi les signes les plus courants, on retrouve : une anémie persistante, des infections aux voies respiratoires, des douleurs aux articulations et leur gonflement, une soif intense, des maux de tête et des douleurs abdominales.

Causes

L'hérédité est la seule cause de cette maladie. En effet, si les deux parents sont porteurs du trait falciforme, l'enfant risque de naître avec cette maladie. Si un seul des parents est porteur, l'enfant ne sera pas atteint, mais il sera lui aussi porteur.

Traitements

Les personnes atteintes d'anémie falciforme doivent être constamment suivies par leur médecin. Des antibiotiques les aident à combattre les infections et de nouveaux médicaments devraient être mis au point grâce aux recherches. L'hydroxyurea, nouveau traitement, peut réduire de moitié les épisodes douloureux, selon les patients.

Association

 Société d'anémie falciforme du Canada 6999, chemin de la Côte-des-Neiges, bureau 33 Montréal (Québec) H3S 2B8



Objectif

La mission de la **Société d'anémie falciforme** est d'informer et d'éduquer le public et la population à risque, de dépister l'anémie falciforme et son trait, de venir en aide aux personnes atteintes et d'appuyer la recherche.

Services offerts

- Groupes d'entraide.
- Soutien aux familles.
- Dépistage.

'aphasie

Description

l'aphasie est un trouble du langage dû à une lésion au cerveau suite à un accident cérébro-vasculaire ou à un traumatisme crânien.

Symptômes

L'aphasie se caractérise par une difficulté à trouver les mots, faire des phrases, à articuler, combiner les sons, à comprendre, lire et écrire. Il arrive que la personne aphasique soit également paralysée du côté droit et qu'elle ait des ennuis pour raisonner et se souvenir.

Traitements

La personne aphasique doit réapprendre à parler et à comprendre avec l'aide d'un orthophoniste. Elle reçoit aussi des traitements d'ergothérapie, de physiothérapie et de neuropsychologie. Bien que la récupération complète soit rare, plusieurs personnes aphasiques retrouvent partiellement la fonction du langage.

Associations et organismes

◆ Association québécoise des personnes aphasiques (l'AQPA) Siège social
Centre hospitalier Côte-des-Neiges
4565, chemin de la Reine-Marie
Montréal (Québec) H3W 1W5

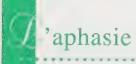
Téléphone : (514) 340-3540 poste 4777 Télécopieur: (514) 340-3548

AQPA - Théâtre des aphasiques Hôpital Villa Médica 225, Sherbrooke Est Montréal (Québec) H2X 1C9 Téléphone : (514) 849-4886 Télécopieor: (514) 288-7076

AQPA - Charbonneau Centre hospitalier J. H. Charbonneau 3095, rue Sherbrooke Est Montréal (Québec) H1W 1B2 Téléphone : (514) 523-1173 poste 204 Télécopieur: (514) 523-4196

Objectif

La mission de l'Association des personnes aphasiques est d'informer, aider et écouter les aphasiques et leurs proches, de répondre à leurs besoins spécifiques, de favoriser leur réintégration sociale et le respect de leurs droits, et de sensibiliser et informer le public.



Services offerts

- Rencontres d'information.
- * Club social.
- * Bulletins d'informations.
- Activités récréatives.
- Activités de stimulation de la communication.
- * Écoute téléphonique.
- Échanges avec d'autres associations.
- Ateliers et troupe de théâtre.

Ailleurs au Québec



Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 821-5100, postes 2096 et 2098

Télécopieur: (819) 821-2065

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 378-9869 Télécopieur : (819) 371-5025

Montérégie

Granby

Téléphone : (514) 372-5491,

poste 2030

Télécopieur: (514) 372-7197

Saint-Hyacinthe

Téléphone: (514) 774-6495,

poste 2690

Télécopieur: (514) 774-0947

Laval:

Pavillon du Bois-Papineau

Téléphone : (514) 629-3421

et 687-3421

Saviez-vous que?

53 % des femmes et 56 % des hommes affirment faire de l'exercice physique 3 fois par semaine et plus.

Source : Santé et Bien-être social Canada

Description

e groupe de maladies chroniques le plus répandu au Canada (14 % de la population). Le terme «arthrite» désigne plus de 115 formes de maladies rhumatismales affectant les articulations, les tendons, les ligaments ou les muscles entourant les articulations.

Symptômes

- Douleur et raideur persistantes dès le lever.
- Douleur ou enflure d'une ou plusieurs articulations, souvent accompagnée de fatigue, de perte de poids ou de fièvre.
- Douleur fréquente ou persistante et raideur à la nuque, au bas du dos, aux genoux, aux poignets ou aux mains.
- * Toute manifestation périodique de ces symptômes, surtout si plusieurs articulations semblent touchées.

Traitements

- Aspirine, anti-inflammatoires non stéroïdiens, sels d'or, immuno-suppresseurs.
- Exercices, repos, thérapie à chaud et à froid.
- Protection des articulations.
- Chirurgie.

Programme d'éducation

- Programme d'initiative personnelle de l'arthritique (PIPA).
- Référence aux groupes d'entraide.

État actuel de la recherche

- Les médicaments sont devenus plus efficaces.
- * La goutte, la fièvre rhumatismale et l'arthrite infectieuse sont contrôlées.
- Des articulations artificielles ont été mises au point.
- Plasmaphérèse au stade expérimental.
- * Extraction du plasma du sang, nettoyage des impuretés et réintroduction dans le sang.

Les résultats sont encourageants.

Une étude, réalisée par une équipe internationale de chercheurs, a permis de déterminer qu'une bactérie intestinale bien connue et très répandue semble jouer un rôle dans l'apparition de l'arthrite rhumatismale.

••• 35 •••



Associations et organismes

La Société d'arthrite (Division du Québec)
 2155, rue Guy, bureau 1120
 Montréal (Québec) H3H 2R9



La Société d'arthrite est le principal organisme à promouvoir la recherche, la formation et l'information sur l'arthrite au Canada.

Services offerts

- Informations générales.
- Techniques de relaxation.
- Recherche de groupes d'entraide.
- Bulletin «Arthro-Express».

Ailleurs au Québec

Québec

Téléphone: (418) 687-1177

Québec

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 564-5267

Laval

Montréal

Téléphone: (514) 492-8177



'ataxie de Friedreich

Description

rest une maladie du système nerveux central. L'ataxie est généralement la conséquence d'une atteinte cérébelleuse pouvant toucher le cervelet ou les fibres qui y amènent l'information concernant la position des membres.

Symptômes

Ils apparaissent avant la puberté. La maladie se manifeste d'abord par une incoordination de la marche qui devient graduellement difficile. Au bout de quelques années, l'enfant se voit confiné au fauteuil roulant avec une déformation de la colonne vertébrale.

État actuel de la recherche

Génétique moléculaire : localisation sur le chromosome 9 du gène qui cause cette maladie.

Étude des déficiences dans la transmission de l'influx nerveux (comprenant des effets expérimentaux sur des personnes ataxiques).

Des recherches effectuées à l'Hôtel-Dieu de Montréal ont permis d'aboutir à des thérapies de substitution apportant une amélioration du langage et une meilleure coordination des mouvements.

Associations et organismes

◆ Association canadienne de l'ataxie de Friedreich ACAF



5620, rue C.A. Jobin Saint-Léonard (Québec) H1P 1H8

Objectif

Fondée par Claude St-Jean le 14 décembre 1972, le but de cette association est de promouvoir la recherche médicale sur l'ataxie de Friedreich et les autres ataxies héréditaires, ainsi que d'améliorer la condition de vie des personnes ataxiques.

 Bureau des services sociaux de l'ACAF 3800, rue Radisson Montréal (Québec) H1M 1X6





Description

audimutité (aussi appelée aphasie congénitale ou syndrome dysphasique) consiste en une dysfonction cérébrale entraînant des limitations importantes au niveau de la compréhension, du développement du langage et de la parole, au point d'empêcher l'enfant de communiquer verbalement et d'accomplir des activités liées à son âge et à son milieu. L'enfant n'est cependant ni sourd ni muet, son intelligence et son affectivité sont normales, il possède un sens de l'observation trés développé et un grand désir de communiquer. Les garçons sont plus souvent atteints que les filles.

Symptômes

Les enfants audimuets ne parlent pas correctement et comprennent mal ce qu'on leur dit. Ils ont donc un trouble de perception auditive ; la vitesse de la parole est trop rapide pour eux, ils ne comprennent qu'une partie du mot et ont de la difficulté à prononcer.

Ils ont également un trouble de généralisation et de la difficulté à employer le mot juste dans une même catégorie. Pour eux, tous les fruits peuvent s'appeler «pomme».

Ils ont aussi un trouble de perception du temps et de la difficulté à s'adapter aux changements d'horaire. Pour eux, les mots «hier», «demain», «avant», «après» n'existent pas. Ils éprouvent de la difficulté avec l'ordre des événements.

Enfin, ils ont un trouble d'abstraction, ont besoin d'une approche concrète, et comprennent mieux ce qu'ils peuvent voir et toucher.

Traitements

Pour qu'on établisse un diagnostic d'audimutité, les enfants audimuets doivent être suivis par une équipe pluridisciplinaire composée de professionnels en orthophonie, ergothérapie, audiologie, psychologie, neurologie, oto-rhino-laryngologie et pédiatrie. Lorsqu'un suivi est assuré en orthophonie, l'enfant audimuet développe son langage, sa compréhension, la lecture et l'écriture, selon ses capacités.

État de la recherche

L'université McGill entreprend depuis peu une vaste enquête sur les SLI (Speach Language Impairment) auprès des enfants qui ont des troubles graves du langage (incluant l'audimutité, les dysphasies) afin de cerner plus précisément les causes génétiques chez cette clientèle.

'audimutité

Associations et organismes

 Association québécoise pour les enfants atteints d'audimutité
 216, rue Querbes, bureau 235
 Outremont (Québec) H2V 3W2



Objectif

L'Association pour les enfants atteints d'audimutité a pour but d'aider ces enfants et leurs parents en les informant sur ce handicap, leurs droits et les services (sans cesse développés) qui leur sont offerts. Elle vise aussi à favoriser l'intégration scolaire et à sensibiliser la population à la réalité des enfants audimuets.

Services offerts

- Journal trimestriel: «Ses yeux parlent».
- Bulletin mensuel : «Le clin d'oeil».
- Centre de documentation.
- Vidéothèque.
- * Ligne téléphonique et service d'aide aux parents et professionnels.
- Ateliers thématiques, conférences, sessions de perfectionnement.
- Colloque bi-annuel.

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Cabano

Téléphone: (418) 854-0907

Saguenay-Lac Saint-Jean

Jonquière

Téléphone: (418) 547-6594

Ouébec

Beauport

Téléphone: (418) 661-3342

Mauricie-Bois-Francs

Arthabaska

Téléphone: (819) 752-4190

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 563-0882

Outaouais

Hull

Téléphone: (819) 775-3035

Abitibi-Témiscamingue

Senneterre

Téléphone: (819) 737-8843

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 296-3200

Laval

Laval

Téléphone: (514) 990-2598

Lanaudière

Saint-Ambroise-de-Kildare

Téléphone: (514) 755-2480

Laurentides

Sainte-Adèle

Téléphone: (514) 229-6701

Montérégie

Longueuil

Téléphone: (514) 679-9949

39

Description

La cécité

Tout handicap visuel qui limite sérieusement le fonctionnement normal de la vision.

L'amblyopie

État d'une personne dont l'acuité visuelle est très limitée.

Associations et organismes

 Institut national canadien pour les aveugles INCA

Division du Québec 3622, rue Hochelaga Montréal (Québec) H1W 1J1



Objectifs

L'INCA regroupe environ 70 bureaux à travers le Canada et offre des services gratuits à près de 70 000 personnes handicapées visuelles. L'INCA-Québec dessert 10 000 personnes par le biais de ses trois bureaux au Québec.

Ses principaux objectifs sont:

- l'amélioration de la qualité de vie des personnes handicapées visuelles ;
- la prévention de la cécité ;
- la promotion des services d'amélioration de la basse-vision.

Services offerts

- · Bibliothèque.
- Service de main-d'oeuvre.
- Service à la clientèle : accompagnement bénévole, lecture de courrier, journaux, revues ou de textes reliés aux études, bulletin d'information téléphonique (journal parlé).
- Service d'accueil et d'inscription.
- Service de développement des ressources financières.



Bas-Saint-Laurent

Québec

Matane

Téléphone: (418) 562-4255

Québec

Téléphone: (418) 529-9224

 Regroupement des aveugles et amblyopes du Québec RAAQ

3740, rue Berri, 2e étage Montréal (Québec) H2L 4G9



Le RAAQ est un organisme provincial regroupant plus de 1200 personnes ayant une déficience visuelle. Leur but est de favoriser leur intégration à la société québécoise.

Objectif

Représenter les membres auprès d'organismes gouvernementaux, patronaux et syndicaux en matière de réadaptation, de transport, d'accès aux communications et aux lieux publics, d'éducation et de travail.

Services offerts

- Bulletin d'information : «l'INFORAAQ», seul périodique bimestriel québécois disponible en versions braille, cassette, gros caractère et disquette.
- Formation de comités traitant des différents objectifs et stratégies d'actions de l'organisme.
- Soutien aux activités d'associations affiliées et de personnes handicapées visuelles dans toutes les régions du Québec.

Ailleurs au Québec

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone: (418) 723-0932

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: (418) 662-2714

Québec

Québec

Téléphone: (418) 649-0333

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 566-4848

Association montréalaise pour les aveugles AMA

7000, rue Sherbrooke Ouest Montréal (Québec) H4B 1R3

Le plus ancien centre de réadaptation pour les aveugles au Canada, l'AMA compte aujourd'hui plus de 5000 membres.

Outaouais

Téléphone: (819) 771-5417

Hull



Objectif

Par l'éducation, la réadaptation et la formation, l'AMA permet à toute personne aveugle ou handicapée visuelle de recouvrer un degré d'autonomie et d'indépendance.

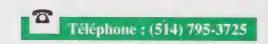
Services offerts

Formation professionnelle et de placement, service d'éducation, de réadaptation.

◆ Institut Nazareth et Louis-Braille 1111, rue Saint-Charles Ouest Longueuil (Québec) J4K 5G4 Téléphone : (514) 463-1710 Sans frais : 1 800 361-7063 Télécopieur: (613) 463-0243

L'Institut est un centre de réadaptation en déficience visuelle. Il offre aussi une gamme de services complémentaires à la réadaptation, soit une bibliothèque et un centre de production braille, un centre de documentation spécialisé, ainsi que des sessions de formation pour les intervenants.

Fondation Mira
 1820, rang Nord-Ouest
 Sainte-Madeleine (Québec) JOH 1S0



La Fondation Mira est le premier centre d'entraînement de chiens-guide pour nonvoyants au Canada et toujours le seul à fonctionner en français.

Objectifs

- Former 100 chiens-guides par année pour les Québécois ou Canadiens francophones atteints de déficience visuelle, ainsi que des chiens d'assistance et de compagnie pour les personnes handicapées physiques.
- Sensibiliser le public et diffuser de l'information sur les causes et les conséquences de la cécité.
- Faire reconnaître le droit d'accès des handicapés visuels accompagnés de leur chienguide aux endroits publics, aux taxis ou aux restaurants, tel que reconnu par la Commission des droits de la personne.
- ◆ Formoeil Oculus
 955, rue de Bourgogne, bureau 7
 Sainte-Foy (Québec) G1X 3E5



Objectifs

Recueillir des fonds essentiellement destinés à la recherche clinique et fondamentale en ophtalmologie au Québec pour :

- prévenir les maladies oculaires ;
- prévenir la cécité ;
- promouvoir l'intérêt pour la recherche.
- Le Bon Pilote Inc.

4358, rue Boyer Montréal (Québec) H2J 3E1



Services offerts gratuitement aux non-voyants

- Guides et escortes.
- . Correspondance.
- Recherche de logement.
- . Dépannage général.
- Entretien ménager.
- Travaux de couture (réparations, confection, etc.).
- Bibliothèque Jeanne-Cypihot 101, boulevard Roland-Therrien, bureau 300

Longueuil (Québec) J4H 4B9



Services gratuits

Grâce à l'informatique, les aveugles peuvent maintenant avoir accès à la lecture. En effet, les livres sont enregistrés en braille sur une disquette d'ordinateur, à partir des fichiers-sources prêtés par les éditeurs. Les disquettes peuvent être lues partout par la personne aveugle, même en voyage, grâce aux ordinateurs portatifs. Plusieurs milliers d'aveugles au Canada possèdent un équipement informatique. Au Québec, la Régie de l'assurance-maladie (RAMQ) fournit les équipements informatiques aux aveugles qui en ont besoin pour leurs études, leur travail, etc.

e bégaiement

Description

De bégaiement est un trouble complexe de la parole, d'origine neuro-musculaire. Au Québec, 32 000 jeunes et 60 000 adultes en sont affectés.

Symptômes

Le bégaiement se manifeste entre autres par :

- · des répétitions de sons, de syllabes, de mots ;
- · des prolongements de sons et des ajouts de mots inutiles ;
- un manque d'enchaînement et de souplesse dans la production de la parole.

Le bégaiement n'est pas causé par la gêne, la nervosité, les problèmes affectifs ou un traumatisme de l'enfance. Cependant, la fatigue, le stress et les émotions peuvent faire varier l'intensité du bégaiement à travers le temps.

Il émerge entre 2 et 5 ans et touche 4 fois plus de garçons que de filles.

Traitements

L'évolution du bégaiement peut être désamorcée dès le jeune âge par une action précoce sur le bègue et son entourage. Ce trouble ne se guérit pas, mais il peut se contrôler grâce à des techniques d'orthophonie. Plus on débute les traitements tôt, plus rapides sont les résultats.

Associations

 Association des bègues du Canada 7801, rue Sainte-Claire Montréal (Québec) H1L 1V8



Tous les jours jusqu'à 21h

Objectif

L'Association fournit de l'aide aux bègues désireux de se prendre en charge, grâce au soutien moral et à l'information pertinente. Elle tente de démystifier le bégaiement auprès du grand public par l'entremise de publications, kiosques ou sessions d'informations. Elle échange des informations et documents avec d'autres associations similaires dans le monde et participe aux conférences nationales et internationales sur le bégaiement.

Services offerts

- · Groupes d'entraide et réunion-échange les mercredis soirs à l'hôpital Notre-Dame.
- · Information centre de documentation vente de livres spécialisés sur le bégaiement.
- Rencontres annuelles : membres et intervenants ou professionnels spécialisés dans le domaine du bégaiement. Parents-enfants sessions d'information ou ateliers de discussions avec la participation d'orthophonistes.
- L'Association des jeunes bègues du Québec 6025, rue Jean-Talon Est, bureau 203 St-Léonard (Québec) H1S 1M6



es grands brûlés

Description

Jes grands brûlés sont des victimes d'accidents (électrocution, incendie, produit chimique) qui ont brûlé leur peau sur une large surface.

Traitements

Suite à des traitements contre la douleur et les infections ainsi qu'à des sessions de physiothérapie, les grands brûlés doivent subir des greffes de peau pour reconstituer les tissus détruits. Selon le degré de brûlure, ils peuvent recevoir de multiples greffes. Par la suite, ils doivent porter des vêtements élastiques de 10 mois à 2 ans pour que la peau soit uniforme. D'excellents plasticiens procèdent aussi à des chirurgies correctrices.

État de la recherche

Depuis peu, des chercheurs ont mis au point une technique de culture de peau qui permet de multiplier en laboratoire les cellules de la peau du grand brûlé. D'autres chercheurs tentent de reconstituer les trois épaisseurs de la peau grâce à des cellules animales. Ces études n'en sont toutefois qu'à leurs débuts.

Associations et organismes

- ◆ Centre des grands brûlés
 Hôtel-Dieu de Montréal
 3840, rue Saint-Urbain
 Montréal (Québec) H2W 1T8
- FLAM (couvre l'est du Québec)
 Association des grands brûlés
 830, rue Ernest-Gagnon, appartement 400
 Québec (Québec) G1S 3R2







Description

De cancer se caractérise par la division anormale de cellules qui se multiplient de façon incontrôlée et donnent aux tissus une structure anarchique. Certaines cellules touchées pénètrent dans les tissus voisins et les envahissent. D'autres se détachent de la tumeur, passent dans les vaisseaux sanguins ou lymphatiques et vont former d'autres tumeurs semblables à la première.

Les cancers se développent au niveau de la peau, des glandes, du tissu conjonctif, des muscles, du sang ou des os.

Les cancers qui touchent le plus grand nombre de gens sont dans l'ordre : poumon, côlon et rectum, sein, prostate, col utérin et utérus, bouche et pharynx, peau, estomac.

Symptômes

Au début, le cancer est sans douleur, d'où la difficulté d'un dépistage précoce. Par contre, il peut y avoir quelques signaux : saignements anormaux, changement d'aspect d'une tache sur la peau, infections persistantes, bosse sur un sein, perte de poids, fatigue, etc.

Causes

Le tabac cause 85 % des cancers du poumon. Les rayons du soleil peuvent causer le cancer de la peau. Trente-cinq pour cent des cancers sont probablement liés à une mauvaise alimentation et à l'alcool (surtout les cancers du : sein, côlon, bouche, estomac, pancréas et prostate).

Traitements

Le traitement le plus efficace est l'ablation totale de la tumeur. On peut aussi détruire les cellules cancéreuses à l'aide de médicaments (chimiothérapie) ou par les rayons X ou la radioactivité (radiothérapie). Le taux de succès varie selon le type de cancer et la rapidité du dépistage. Certains cancers glandulaires (la prostate, par exemple) sont guéris par traitements hormonaux.

De plus en plus, pour aider les patients à améliorer leur état physique et mental, les hôpitaux offrent des compléments non-médicaux tels que : visualisation, relaxation, méditation, acupuncture, homéopathie, hypnose, ostéopathie, yoga, tai chi, etc.

État de la recherche

Beaucoup de recherches se font notamment sur des souris chez qui on reproduit certains cancers. Elles ont permis d'identifier suffisamment de causes du cancer pour que bon nombre d'entre eux puissent être évités (les poumons et la peau, par exemple).

Récemment, des scientifiques ont fait un pas de plus dans la compréhension du mécanisme du cancer : ils ont découvert que des oncogènes présents dans l'ADN peuvent provoquer une croissance anormale des cellules cancérigènes.

D'autres études approfondies visent à trouver de nouvelles façons de diagnostiquer le cancer de manière précoce.

Un premier essai en thérapie génique vient d'être fait aux USA, contre le cancer du poumon, par injection du gène P53 (un suppresseur de tumeurs). Les résultats sont encore inconnus.

Associations et organismes

 Société canadienne du cancer - Québec 5151, boulevard de l'Assomption Montréal (Québec) H1T 4A9

Bureau national

10, avenue Alcorn, bureau 200 Toronto (Ontario) M4V 1E4



Objectif

La mission de la **Société canadienne du cancer** est de vaincre le cancer et d'améliorer la qualité de vie des personnes qui en sont atteintes. Elle offre un soutien aux personnes atteintes de cancer et à leur famille, informe la population et amasse des fonds pour encourager la recherche.

La Société vise aussi à défendre l'intérêt public par des activités de lobbying.

Services offerts

- Groupes d'entraide et rencontres individuelles.
- Matériel d'information.
- Distribution de pansements, de prothèses (capillaires et mammaires temporaires).
- . Aide financière pour aider des patients à faible revenu à défrayer les coûts de transport pour leur traitement.
- Financement d'hébergement pour les patients qui doivent se déplacer à l'extérieur de leur ville pour recevoir des traitements.
- Résidence pour les patients en traitement à Montréal.
- Comité de dons et legs.
- Éducation et prévention.
- Programme «Toujours femme» pour les femmes atteintes du cancer du sein, disponible dans toutes les divisions de la Société canadienne du cancer. Des bénévoles, qui ont été atteintes du cancer du sein et qui ont suivi un programme de formation de conseillère, visitent les femmes atteintes et les aident en partageant leurs pensées, frustrations, craintes, colère et espoir et en renforçant leurs ressources.

Ailleurs au Québec



Société canadienne du cancer

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 723-5116 Télécopieur : (418) 723-1221

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 543-2222 Télécopieur : (418) 543-5912

Québec

Québec

Téléphone : (418) 683-8666 Télécopieur : (418) 683-4617

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Téléphone: : (819) 478-3261 Télécopieur : (819) 478-0479

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 374-6744 Télécopieur : (819) 373-4337

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 562-8869 Télécopieur : (819) 562-5870

Montréal

Pointe-Claire

Téléphone : (514) 630-7665 Télécopieur : (514) 255-2808

Montréal

Le centre de cancérologie Charles-Bruneau Hôpital Sainte-Justine Téléphone : (514) 345-4931

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 777-4428 Télécopieur : (819) 777-7164

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone : (819) 762-6707 Sans frais pour la région :

1 800 267-6707

Télécopieur: (819) 762-6708

Chaudière-Appalaches

Québec

Téléphone : (418) 683-8666

Laval

Laval

Téléphone : (514) 663-2628 Télécopieur : (514) 663-3134

Laurentides

Téléphone : (514) 663-2628 Télécopieur : (514) 663-3134

Montérégie

Saint-Hyacinthe

Téléphone : (514) 773-1003 Télécopieur : (514) 773-2220

Châteauguay

Téléphone : (514) 692-5110

Longueuil

Téléphone : (514) 442-9430

Le centre de cancérologie Charles-Bruneau

Hôpital Sainte-Justine 3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine Montréal (Québec) H2T 1C5



Téléphone: (514) 345-4931

C'est le seul centre de cancérologie pédiatrique spécialisé au Québec (le cancer chez l'enfant revêt des formes spécifiques, différentes du cancer de l'adulte) ; ce centre permet d'améliorer considérablement les soins administrés aux enfants atteints de cancer et leur permet d'être traités au Québec, dans un environnement chaleureux et adapté à leurs besoins.

Il comprend : une clinique externe, une unité de soins semi-intensifs de 24 lits environ, une unité de greffe de moelle osseuse (30 à 40 greffes par années) et une unité de recherche.

e cancer

 Organisation montréalaise des personnes atteintes du cancer 6653, rue Saint-Denis Montréal (Québec) H2S 2S1 Téléphone : (514) 273-3676

 Fondation québécoise du cancer 2075, rue Champlain Montréal (Québec) H2L 2T1 Téléphone ; (514) 527-2194

Société de recherche sur le cancer
 1, place Ville-Marie, bureau 2332
 Montréal (Québec) H3B 3M5

Téléphone : (514) 861-9227

- Cancer du Sein de Montréal
 5890, avenue Monkland, bureau 203
 Montréal (Québec) H4A 1G2
- Téléphone : (514) 483-1846 Télécopieur: (514) 482-1445

ACSM est un regroupement de femmes engagées, ayant vécu l'expérience traumatisante du cancer du sein. Les objectifs sont d'informer sur les causes, la prévention, les traitements (avec leurs avantages et leurs risques) ainsi que de préconiser un pouvoir décisionnel en matière de traitements et de services.

◆ L'Espoir, c'est la vie (Hope and cope) Hôpital Géréral Juif Sir Mortimer B. Davis 4333, chemin de la Côte-Sainte-Catherine Montréal (Québec) H3T 1E2 Téléphone : (514) 340-8255

Services

Information - Soutien individualisé pour aider les personnes atteintes à composer avec les effets physiques, le bouleversement émotionnel et les répercusssions sociales liés à la maladie et à son traitement - Groupes d'entraide (patients, famille et amis) - Centre de ressources (un endroit où trouver perruques, turbans, prothèses, séances de maquillage) - Acheminement vers d'autres ressources.

Des associations d'entraide offrent des services à domicile à toute personne atteinte de cancer et rendue en phase pré-terminale ou terminale.

Votre médecin, votre centre hospitalier ou votre CLSC peuvent vous mettre en contact avec ce type d'associations.

es cérébro-lésés

Description

n cérébro-lésé est une personne qui a subi une lésion au cerveau suite à un accident cérébrovasculaire (plus de 12 000 personnes atteintes chaque année au Québec), à une défaillance cardiaque ou à tout autre traumatisme.

Les conséquences d'une lésion cérébrale peuvent être multiples : difficultés motrices (coordination), paralysie partielle (hémiplégie), troubles de la mémoire (amnésie), difficultés de langage (aphasie).

Association

◆ Association pour le rétablissement des cérébro-lésés du Québec inc. (ARC-LQ) 7400, boulevard les Galeries d'Anjou, bureau 410 Ville d'Anjou (Québec) H1M 3M2



Objectif

Aider les cérébro-lésés à progresser vers l'autonomie.

Services offerts

- Création de clubs de cérébro-lésés.
- Programmes visant le rétablissement des facultés atteintes.
- Groupes de soutien pour briser l'isolement.
- Soutien aux familles.
- Congrès annuel.
- · Activités diverses.
- Bulletin de liaison.
- · Faire connaître au grand public la problématique de l'accident cérébrovasculaire.

Description

l existe trois types de déficients auditifs : les sourds de naissance, les malentendants et ceux qui deviennent sourds (suite à une infection, à la toxicomanie, au vieillissement ou à l'exposition prolongée au bruit).

Symptômes

Maux d'oreille, étourdissements, problèmes d'équilibre, rhumes de cerveau fréquents, excès de mucus dans le nez, infections dans la zone nez-gorge-oreille, rougeurs ou enflures autour des oreilles, diminution de l'acuité auditive.

Traitements

De 10 à 15 % des troubles auditifs peuvent être corrigés grâce à un traitement médical ou une intervention chirurgicale. Pour d'autres, une prothèse auditive permet d'améliorer leur condition.

Outils de communication

Il existe maintenant des outils qui contribuent à améliorer la qualité de vie des déficients auditifs. L'apparition des sous-titres au cinéma et à la télévision en est un exemple. De plus, un appareil de télécommunication pour sourds (ATS) et le service de relais Bell (SRB) leur permettent de communiquer avec toute personne au téléphone.

Associations et organismes

 Centre québécois de la déficience auditive (CQDA)

65, rue de Castelnau Ouest, bureau 376 Montréal (Québec) H2R 2W3

CQDA

98, boulevard Saint-Joseph Hull (Québec) J8Y 3W5 Tél. (Voix) : (514) 278-8703 ATS : (514) 278-8704 Télécopieur: (514) 278-8704

Téléphone : (514) 388-3148 ATS (514) 770-1109

Le CQDA est un organisme provincial de coordination dont le mandat est de regrouper les organismes oeuvrant dans le domaine de la surdité au Québec. Il agit comme porteparole collectif auprès des corps publics et des différents paliers de gouvernement.

Objectifs

- Aider les personnes déficientes auditives et définir leurs besoins.
- Surveiller, revendiquer, représenter et défendre leurs droits et leurs intérêts.
- Susciter la création de services répondant à leurs besoins.

Services offerts

- Promotion du projet «Accès 2000» (accessibilité aux endroits publics).
- Revue d'information (Association des sourds du Canada).
- · Colloques.

Organismes membres du CQDA

Note: Certains numéros de téléphone ne sont pas disponibles; seule l'adresse postale est indiquée dans ces cas-là.

Saguenay-Lac Saint-Jean

◆ Amicale régionale des Sourds du Saguenay-Lac Saint-Jean 3488, rue Radin, C.P. 2045 Jonquière (Québec) G7X 7X6 Téléphone ; (418) 542-6797

Québec

- Association des Sourds de Québec inc.
 765, boulevard Charest Est
 Québec (Québec) G1K 3J6
- Téléphone : (418) 640-9258
- Regroupement des devenus Sourds de la région de Québec
 75, rue Saint-Viateur
 Charlesbourg (Québec) G2L 2S2
- Tél. (Voix): (418) 623-9801 ATS: (418) 623-7377

Mauricie-Bois-Francs

- Association des Sourds de la Mauricie inc.
 2850, boulevard Royal, C.P. 1383 Trois-Rivières (Québec) G9A 5L2
- Tél. (Voix) : (819) 694-0292 ATS : (819) 694-0292 Télécopieur: (819) 374-3200
- Association des Sourds de Victoriaville C.P. 844
 Victoriaville (Québec) G6P 7E7
- Tél. (Voix): (819) 758-5413 ATS: (819) 758-5413

 Association des personnes en perte auditive des Bois-Francs 59, rue Monfette, bureau 215
 Victoriaville (Québec) G6P 1J8

Estrie

 Association des personnes sourdes de l'Estrie
 C.P. 955
 Sherbrooke (Québec) J1H 5L1 Tél. (Voix): (819) 563-1186 ATS: (819) 563-1186

Montréal

- AQEPA (Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs) (voir page 56 pour les coordonnées et services)
- ◆ Association sportive des sourds du Québec 4545, avenue Pierre-de-Coubertin, C.P. 1000 Montréal (Québec) H1V 3R2

Tél. (Voix): (514) 252-3069 ATS: (514) 252-3069

- ◆ Centre des loisirs des Sourds de Montréal 7888, rue Saint-Denis Montréal (Québec) H2R 2E8
- Tél. (Vois): (514) 271-4317 ATS: (514) 271-4317
- Centre de la Communauté sourde du Montréal métropolitain
 65, rue de Castelnau Ouest, 3e étage Montréal (Québec) H2R 2W3
- Tél. (Voix) : (514) 279-7609 ATS : (514) 279-4181
- Club Abbé de l'Epée Inc.
 65, rue de Castelnau Ouest, 3e étage
 Montréal (Québec) H2R 2W3
- Club LIONS Montréal-Villeray (Sourds)
 C.P. 114, succursale R
 Montréal (Québec) H2S 3K6
- ◆ Communicaid for Hearing Impaired Persons (CHIP) et Montreal Association of the Deaf 3500, boulevard Décarie Montréal (Québec) H4A 3T5

Tél. (Voix) : (514) 482-0500 TTY : (514) 482-0500



Montréal (Québec) H1V 1A7

Regroupement québécois pour personnes avec acouphènes 7400, boulevard Saint-Laurent, bureau 401 Montréal (Québec) H2E 2Y1

Société culturelle québécoise des sourds 65, rue de Castelnau Ouest, 3e étage Montréal (Québec) H2R 2W3

Coalition SIDA des Sourds du Québec 3600, avenue de l'Hôtel-de-Ville Montréal (Ouébec) H2X 3B6

Regroupement québécois pour le sous-titrage 65, rue de Castelnau Ouest, bureau 376 Montréal (Québec) H2R 2W3

American Sign Language of Montreal Inc. 65, rue de Castelnau Ouest, bureau 300 Montréal (Québec) H2R 2W3

Association des Bonnes Gens Sourds Inc. C.P. 324, succursale R Montréal (Québec) H2S 3K9

Association des devenus sourds et des malentendants du Québec 7400, boulevard Saint-Laurent, bureau 529 Montréal (Québec) H2R 2Y1

Outaouais

Association des malentendants canadiens (Bureau du Ouébec) 25, rue des Rapides Gatineau (Québec) J8T 5K2

Téléphone ; (514) 387-8209

Téléphone : (514) 381-5313

Tél. (Voix): (514) 288-1780 : (514) 288-1780 **ATS**

Tél. (Voix) : (514) 278-8722 ATS ± (514) 278-8722

Tél. (Voix) : (514) 279-8535 : (514) 279-8535

Tél. (Voix): (514) 278-9636 : (514) 278-9636

Tél. (Voix) : (613) 957-9606 : (613) 957-9606 Télécopieur: (613) 526-4718

- * CQDA provincial 98, boulevard Saint-Joseph Hull (Québec) J8Y 3W5
- * Association des devenus sourds et des malentendants du Québec Secteur Outaouais C.P. 523, Hull (Québec) J8Y 6P2

Tél. (Volx) : (619) 770-9653 ATS ± (819) 770-1109

Tél. (Voix) : (819) 770-9683 ATS : (819) 770-1109

Chaudière-Appalaches

* Association des sourds de Beauce Inc. 12480, 1re Avenue Est Saint-Georges (Québec) G5Y 2E1 Téléphone : (418) 227-1605

Laval

* Association des sourds de Laval inc. 2010, boulevard Saint-Elzéar Ouest Vimont, Laval (Québec) H7L 4A8 Tél. (Voix) : (514) 687-6810 ATS : (514) 687-6960 Télécopieur: (514) 687-2529

Lanaudière

Association des sourds de Lanaudière inc. 200, rue Salaberry, local 123
Joliette (Québec) J6E 4G1

Tél. (Voix) : (514) 752-1426 ATS : (514) 752-1426

Laurentides

Association des personnes avec problèmes auditifs des Laurentides 674, rue Saint-Georges Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5C3

Tél. (Voix) : (514) 621-7891 ATS : (514) 565-6194

Montérégie

- Association des Sourds du Haut-Richelieu C.P. 201
 Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J3B 6Z4
- Association des sourds et des malentendants du Québec (secteur Sud-Ouest) 28, rue Saint-Paul, local 106 Valleyfield (Québec) J6S 4A8

Tél. (Voix): (514) 377-5941 ATS: (514) 373-0264

- Association des devenus sourds et des malentendants du Québec (secteur Rive-Sud)
 150, rue Grant Longueuil (Québec) J4H 3H6
- Centre de la communauté sourde du Montréal métropolitain 65, rue de Castelnau, 3e étage Montréal (Québec) H2R 2W3
- Association des sourds de Salaberry-de-Valleyfield
 65, rue Riverview
 Valleyfield (Québec) J6S 2E6
- L'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA)
 3700, rue Berri, bureau 427
 Montréal (Québec) H2L 4G9







Objectifs

Promouvoir:

- le dépistage et l'appareillage précoces ainsi que la réadaptation en bas âge ;
- l'intégration de l'enfant malentendant au milieu scolaire afin de lui permettre de devenir un citoyen à part entière ;
- la reconnaissance du droit des parents et de leurs enfants malentendants d'être partie prenante aux décisions les concernant ;
- le développement de la communication sous tous ses aspects.

Services offerts

- Informer et soutenir enfants et parents.
- Informer et sensibiliser le public partout au Québec : conférences, congrès, journées éducatives, revue *Entendre*.
- Agir à titre de porte-parole aux comités de travail permanents ou ponctuels des différents ministères ; présence à titre d'expert-conseil sur plusieurs dossiers.
- · Susciter et appuyer les projets de recherche en surdité.

Services de l'AQEPA

Note: Certains numéros de téléphone ne sont pas disponibles. Seule l'adresse postale est indiquée dans ces cas-là.



Bas-Saint-Laurent

B.P. 20001, C.P. Arthur-Buies Rimouski (Québec) G5L 7C1

Saguenay-Lac Saint-Jean

182, rue Goya **Jonquière** (Québec) G7Z 1C3 et 740, Saint-Cyrille **Normandin** (Québec) G0W 2E0

Québec

775, Saint-Viateur Charlesbourg (Québec) G2L 2S2 Téléphone : (418) 623-3232

Mauricie-Bois-Francs

742, rang Saint-Michel Saint-Joachim-de-Courval (Québec) JOC 1H0

Outaouais

36, rue d'Alençon Gatineau (Québec) J8T 4N8

Abitibi-Témiscamingue

C.P. 182 **Val d'Or** (Québec) J9P 4P3

Côte-Nord

56, avenue de Ramezay **Baie-Comeau** (Québec) G4Z 1B7

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

C.P. 728

Bonaventure (Québec) G0C 1E0 Téléphone : (418) 534-2550

* Association des devenus sourds et des malentendants du Québec (ADSMQ) 7400, boulevard Saint-Laurent, local 529 Montréal (Québec) H2R 2Y1



Objectif

L'ADSMQ est une association reconnue et soutenue par le ministère des Affaires sociales et l'OPHQ.

Un des buts de l'ADSMQ est de sensibiliser le public, en général, et les spécialistes qui oeuvrent dans le domaine de la malentendance, au sujet des services offerts aux adultes qui subissent un handicap de surdité acquise.

Services

Informer les personnes devenues ou devenant sourdes et malentendantes au sujet des services auxquels elles peuvent avoir accès, de même qu'au sujet de leur droit à la communication et de ce qui se fait - ou est en voie de réalisation - en ce sens.



Québec

Téléphone:

Voix: (418) 623-9801 ATS: (514) 623-7377

Montérégie

Valleyfield

Téléphone : Voix : (514) 377-5941

ATS: (514) 377-5770

Sorel-Tracy

Téléphone: (514) 753-2223

Longueuil

Téléphone: (514) 677-9650

L'Institut Raymond-Dewar (IRD)

3600, rue Berri Montréal (Québec) H2L 4G9 Tél. (Voix) : (514) 284-2581 ATS : (514) 284-2581 Télécopienr: (514) 284-0699

L'IRD est un centre de réadaptation du ministère de la Santé et des Services sociaux. Il offre toute une gamme de services à des personnes sourdes, malentendantes et sourdes-aveugles de tout âge. Il dessert les régions socio-sanitaires de Montréal, Laval, la banlieue montérégienne de Montréal et tout l'Ouest du Québec, pour la réadaptation en surdi-cécité (voir *CHAPITRE 5*).

Autres associations

- La Société canadienne de l'ouïe 60, Bedford Road Toronto (Ontario) M5R 2K2
- L'Association des sourds du Canada 271, route Spadina, bureau 311 Toronto (Ontario) M5R 2V3







Description

a dégénérescence maculaire est l'affection de la macula (partie centrale de la rétine assurant la vision de précision) qui se caractérise par la perte de la vision centrale. La forme atrophique (sèche) provoque une hémorragie sur les cônes (cellules sensibles à la lumière), alors que la forme exsudative (humide) cause l'éclatement des vaisseaux.

Symptômes

Une diminution de la vision de précision constitue le premier symptôme. La personne atteinte note d'abord une distorsion des lignes droites qui deviennent courbes dans leur partie centrale, et une difficulté à lire avec l'oeil malade. Il est important de consulter rapidement à ce stade. À un stade plus avancé, il y aura difficulté à percevoir les traits du visage. La perception des couleurs peut aussi être altérée (elles deviennent ternes ou disparaissent totalement).

Traitements

Il n'existe pas de traitement pour la forme atrophique (sèche) ; mais comme elle est d'évolution lente, les personnes atteintes peuvent généralement s'y adapter. Si la forme humide est diagnostiquée à temps, un traitement au laser peut stabiliser la vision.

État de la recherche

Des chercheurs américains ont mis au point un angiographe dont l'image est instantanément reproduite sur une photo de type Polaroïd. La progression de la forme humide est très rapide. Ce procédé constitue un grand pas qui permettra de traiter à temps de plus en plus de personnes.

Des études tentent de démontrer que l'absorption de multi-vitamines (de type Ocuvite) pourrait prévenir et stabiliser l'affection.

Association

 Association québécoise de la dégénérescence maculaire 1111, rue Saint-Charles Ouest Tour Ouest, 3e étage Longueuil (Québec) J4K 5G4



Objectif

L'Association québécoise de la dégénérescence maculaire a pour mission d'informer, de soutenir et de diriger les personnes atteintes vers les ressources existantes. Elle cherche aussi à promouvoir la recherche au Québec.

Services offerts

- Bulletin d'information.
- Rencontres d'entraide.



Description

e diabète est dû à une insuffisance partielle ou totale d'insuline (hormone produite par le pancréas). Ainsi, le sucre s'accumule dans le sang et est éliminé par l'urine plutôt que d'être brûlé et de se transformer en énergie dans l'organisme.

Le diabète peut entraîner des troubles cardiaques, des problèmes rénaux, une affection de la rétine ou la cécité.

Symptômes

Les symptômes de l'hyperglycémie (taux de sucre trop élevé) sont une soif intense, de la somnolence ou une grande fatigue, l'augmentation du volume et de la fréquence des urines, un appétit exagéré, des nausées ou des vomissements, des douleurs abdominales, une haleine fruitée, de la confusion et une respiration rapide.

Causes

Les causes du diabète sont inconnues, mais on a relevé certains facteurs : l'hérédité, l'ôbésité, l'âge, le stress, certains médicaments et la grossesse.

Traitements

Le diabète ne se guérit pas, mais il peut être contrôlé par un régime alimentaire particulier, de l'exercice (selon les recommandations du médecin), une médication adéquate (insuline ou comprimés), la gestion du stress et une bonne compréhension de la maladie.

Les diabétiques ont accès à des lecteurs de glycémie, des stylos à insuline, une pompe portative programmable pour l'injection d'insuline, des médicaments qui ralentissent ou arrêtent l'évolution de l'insuffisance rénale et qui préviennent les complications de l'atteinte de la rétine de l'oeil.

État de la recherche

Les diabétiques peuvent espérer ne plus avoir à se piquer grâce à une machine sur laquelle on pose le doigt pour lire son résultat glycémique, à l'insuline en vaporisateur nasal ou en comprimés (à l'étude) et à la mise au point possible d'un vaccin et d'un pancréas artificiel. L'injection de cellules qui sécrètent l'insuline et qui travaillent comme un pancréas est à l'état expérimental. Quant aux greffes de pancréas, les risques sont encore trop élevés (et le don d'organes trop rare) pour constituer une solution.

Associations et organismes

Fondation de la Neuropathie Diabétique C. P. 29543
5950, boulevard Cousineau
Saint-Hubert (Québec) J3Y 9A9



La neuropathie est une des complications pouvant apparaître chez des patients souffrant de diabète et causant des dommages aux nerfs périphéraux du corps, lesquels sont essentiels au bon fonctionnement musculaire et aux sensations transmises par la peau et parfois même au bon fonctionnement de plusieurs organes internes.

Services

- Soutien de la recherche médicale.
- Soutien des membres et de leur famille.
- Informations sur les ressources et équipements spécialisés.
- Information sur la neuropathie aux médecins et professionnels de la santé.
- ◆ La Fondation pour enfants diabétiques 785, avenue Plymouth, bureau 210 Mont-Royal (Québec) H4P 1B3



Objectif

Depuis 1974, la Fondation pour enfants diabétiques consacre tous ses efforts et ses énergies au mieux-être des enfants diabétiques et de leurs parents.

Services

- Enseignement et soutien par l'entremise du comité de parents.
- Finance le camp Carowanis où les enfants diabétiques profitent d'une expérience de plein air unique, accordant en même temps un répit aux parents.
- Subventionne les chercheurs dans leurs démarches en vue de la prévention et de la guérison du diabète.
- Association du diabète du Québec (siège social)
 5635, rue Sherbrooke Est
 Montréal (Québec) H1N 1A3





Objectif

La mission de l'Association du diabète du Québec est de favoriser le bien-être général des diabétiques en les informant sur la maladie et les moyens de contrôler leur état. Elle développe du matériel informatif, vise à améliorer les normes de traitement du diabète et soutient la recherche.

Services offerts

- Bulletin d'information «Plein Soleil» et «Info éducateurs».
- Programme de formation «Diabétaide».
- Groupes d'entraide.
- Centre de documentation (livres et vidéo-cassettes).
- Camps d'été et club de marche.

Ailleurs au Québec



Association du diabète du Québec

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone: (418) 722-4746

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-7428

Amqui

Téléphone: (418) 629-3088

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-7737

Roberval

Téléphone: (418) 275-5298

Québec

Sainte-Foy

Téléphone: (418) 656-6241

ou 656-0757

Baie-Saint-Paul

Téléphone: (418) 435-5150

Québec (Division Jeunesse)

Téléphone: (418) 694-6967

Québec

Téléphone: (418) 694-6967

Mauricie-Bois-Francs

Sainte-Geneviève-

de-Batiscan

Téléphone: (418) 362-2727

Victoriaville

Téléphone: (819) 357-7635

Drummondville

Téléphone: (819) 478-4630

Trois-Rivières:

Téléphone: (819) 378-0439

Estrie

SOS Diabète 24 heures

Téléphone: (819) 822-6762

Sherbrooke

Téléphone: (819) 822-6762

Asbestos

Téléphone: (819) 879-7181

Lac Mégantic

Téléphone: (819) 547-3439

Montréal

Hôpital Notre-Dame

Téléphone: (514) 523-8778

Diabète Hôtel-Dieu

Téléphone: (514) 389-0065

Montréal-Nord

Téléphone: (514) 338-2220

Beaconsfield

Téléphone: (514) 695-0474

Outaouais

Gatineau

Téléphone: (819) 568-6588

Abitibi-Témiscamingue

Val d'Or

Téléphone: (819) 824-3311

Ville-Marie

Téléphone: (819) 622-0825

La Sarre

Téléphone: (819) 339-5211

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 296-0962

Port-Cartier

Téléphone: (418) 766-5411

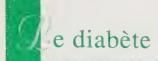
Sept-Îles

Téléphone: (418) 656-962-6637

Nord-du-Québec

Chibougamau

Téléphone: (418) 748-2250



Ailleurs au Québec



Association du diabète du Québec (suite)

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Carleton

Téléphone: (418) 364-3016

Gaspé

Téléphone : (418) 368-4855 **Îles-de-la-Madeleine** Téléphone : (418) 969-2705

Chaudière-Appalaches

Thetford-Mines

Téléphone: (418) 449-3405

Saint-Georges

Téléphone: (418) 227-1608

Saint-Edouard

Téléphone: (418) 796-2030

Montmagny

Téléphone: (418) 248-2560

Laval

Fabreville

Téléphone: (514) 625-2516

Fabreville - Division Jeunesse

Téléphone: (514) 689-4813

ou 963-2120

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 759-4104

L'Assomption

Téléphone: (514) 589-7376

Berthierville

Téléphone: (514) 885-3495

Laurentides

Mont-Laurier

Téléphone: (819) 623-3311

Montérégie

Acton Vale

Téléphone: (819) 858-2444

Bedford

Téléphone: (514) 248-4321

Granby

Téléphone: (514) 378-2614

Iberville

Téléphone: (514) 358-2572,

poste 259 **Longueuil**

Téléphone: (514) 928-3422

La Prairie

Téléphone: (514) 659-5059

Saint-Hyacinthe

Téléphone: (514) 778-1144,

poste 124 Sorel

Téléphone: (514) 743-7461

Valleyfield

Téléphone: (514) 373-2633

Vaudreuil

Téléphone: (514) 455-3083

♦ La Fondation du diabète juvénile

6363, Route Transcanadienne Bureau 208

Ville Saint-Laurent (Québec) H4T 1Z9

◆ Télé-Diabète Ligne d'écoute et d'information 4

Téléphone : (514) 744-5537 Sans frais : 1 800 361-5727

7

Téléphone: (514) 744-2971

Objectif

Amasser des fonds pour la recherche.

Services

- Documentation, dépliants.
- Ligne télédiabète.
- Mise en relation avec bénévoles pour service d'aide aux personnes atteintes.

Q e don d'organe

Description

râce aux progrès de la science médicale, on peut maintenant greffer le coeur, les poumons, le foie, les reins, le pancréas et les tissus tels que la cornée (yeux), les os et les articulations à des personnes différentes. On peut également donner de la moelle osseuse, don qui doit être fait par une personne vivante.

Grâce au don d'organe, le receveur peut espérer mener à nouveau une vie active et agréable.

Le don d'organe d'une seule personne peut changer la vie de dix autres

Malheureusement, le nombre d'organes disponibles est très insuffisant par rapport à la demande.

Voici quelques statistiques tirées de Québec-Transplant.

Au Québec	1989	1990	1991	1992	1993	1994
Nombre de donneurs	107	87	96	66	106	92
Description des donneurs						
 Multi-organes 	60 %	50 %	70 %	74 %	74 %	85 %
• Reins seulement	36 %	41 %	24 %	21 %	16 %	12 %

Les greffés au Québec en 1994 : 287

Les receveurs de greffes en attente en 1994 :

9			
• Coeur :	29	• Coeur-poumons:	3
• Poumons:	21	• Foie:	17
• Pancréas :	3	• Rein(s):	465
• Reins-pancréas :	8		

À titre d'information, en 1994, le nombre moyen de jours d'attente pour un coeur est de 95,9 jours, de 399 jours pour un poumon, de 81,4 jours pour un foie, de 642 jours pour un rein et de 536 jours pour une transplantation rein-pancréas!

Que faire pour autoriser le don d'organe après la mort cérébrale ?

- Il est nécessaire de signer sa carte d'assurance-maladie.
- Il est aussi indispensable d'en parler à votre famille ou à vos proches car ce sont eux qui autoriseront le prélèvement. Sans leur consentement, les médecins ne feront aucun prélèvement d'organes.

Informations

- Association canadienne des Dons d'Organes
 Casier Postal 725
 50, Place de la Cité
 Sherbrooke (Québec) J1H 5K7
- La Fondation Diane Hébert
 C. P. 95025
 Lorraine (Québec) J6Z 4P1

Téléphone : (819) 564-2020 Sherbrooke

Téléphone : (514) 964-1777 Télécopieur: (514) 622-9546 Montréal

Téléphone : (514) 965-0333

Comment prévenir le rhume? C'exercice au grand air développe une L'exercice au grand air développe une Evitez de surchauffer et conservez un Évitez de surchauffer et conservez un certain degré d'humidité dans l'air. Si vous avez le rhume, évitez si possible les endroits achalandés, couvrez-vous le les endroits achalandés, couvrez-vous nez et la bouche quand vous éternuez nez et la bouche quand vous éternuez et débarrassez-vous immédiatement de et débarrassez-vous immédiatement de source : Ministère de la Santé Source : Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec

a dystrophie musculaire

Description

Le terme s'applique à un groupe de quarante maladies neuromusculaires caractérisées par une dégénérescence et un affaiblissement progressif des muscles qui contrôlent les mouvements du corps : plusieurs de ces maladies sont mortelles.

Causes

La plupart des maladies neuromusculaires sont d'origine génétique. Les progrès en recherche ont permis de localiser et d'identifier les gènes d'un certain nombre de maladies. L'espoir réside dans l'identification des gènes responsables du plus grand nombre possible de ces maladies. Cela permettra de connaître la cause de ces maladies, de développer des traitements et, ultimement, une cure qui les éliminera.

Traitements

Actuellement, on ne connaît pas de moyens pour empêcher le processus de détérioration musculaire. Certaines approches thérapeutiques permettent aux personnes atteintes de tirer le meilleur parti possible de leurs ressources physiques en acquérant un maximum d'autonomie dans leur vie quotidienne.

État actuel de la recherche

Des chercheurs de réputation internationale ont réalisé des progrès importants. Ils sont parvenus à localiser le gène défectueux de huit maladies, dont celui responsable de la dystrophie musculaire de Duchenne et celui de la dystrophie myotonique de Steinert, améliorant ainsi beaucoup le dépistage génétique de ces maladies. En ce qui concerne l'amyotrophie spinale, les découvertes récentes (début 1995) sur le chromosome 5 par un chercheur canadien, subventionné par l'ACDM, ainsi que d'autres percées importantes dans la recherche, ouvrent la voie à une meilleure compréhension de la cause véritable et éventuellement à la découverte de traitements efficaces. Au sujet de la dystrophie musculaire oculopharyngée, des chercheurs viennent de découvrir un des marqueurs cellulaires, permettant ainsi d'identifier de manière définitive les familles atteintes au Québec et ailleurs dans le monde.

Associations et organismes

 Association canadienne de la dystrophie musculaire (ACDM) 1425, boulevard René-Lévesque, bureau 506 Montréal (Québec) H3G 1T7



La dystrophie musculaire

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi



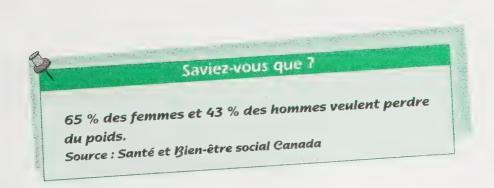
Créée en 1954, l'Association canadienne de la dystrophie musculaire est un organisme bénévole qui s'efforce de vaincre les maladies neuromusculaires et de soulager la détresse provoquée par ces maladies.

Objectifs

- Financer la recherche sur les causes des maladies neuromusculaires afin de trouver un traitement.
- Fournir des services pratiques aux personnes ainsi qu'aux familles touchées par une maladie neuromusculaire.
- Informer les personnes atteintes et leurs familles ainsi que les professionnels de la santé et le public en général.

Services offerts

- Série de dépliants traitant de maladies neuromusculaires spécifiques.
- Un personnel professionnel fournissant des références ainsi qu'un support psychologique aux personnes atteintes et à leurs familles pour améliorer leur qualité de vie.
- Prêts à court ou long terme d'aides techniques ou d'appareils permettant aux personnes atteintes d'évoluer dans leur milieu de vie.
- Un programme d'aide financière existe aussi pour la réparation et l'entretien des équipements.
- Une revue trimestrielle «Connexions».



,'épilepsie

Description

'épilepsie est un trouble neurologique qui se caractérise par des crises qui tendent à se répéter. Ces crises sont des décharges électriques excessives et anormales des cellules du cerveau. Selon le type de crise (généralisée ou partielle), la personne épileptique perdra conscience (d'une courte absence aux convulsions) ou bien éprouvera des symptômes sensoriels particuliers, fera des mouvements involontaires et sera confuse.

Causes

Quelques causes spécifiques ont été identifiées : infection ou tumeur cérébrale, accident cérébro-vasculaire, malformation ou lésion vasculaire, traumatisme crânien ou périnatal, désordre congénital, facteurs génétiques. Certains facteurs peuvent déclencher des crises : l'alcool, les drogues, le stress, une maladie générale ou infectieuse, le sevrage de médicaments, la fièvre et le manque de sommeil.

Traitements

Des médicaments anticonvulsivants permettent de contrôler les crises, ou du moins d'en réduire la fréquence et la sévérité, à condition d'être pris tous les jours d'une manière très régulière.

Dans certains cas très précis, des personnes épileptiques peuvent avoir recours à la chirurgie pour l'ablation d'une portion du cortex cérébral. Pour d'autres, une intervention aux fibres nerveuses situées entre les hémisphères du cerveau permet de faire cesser la propagation des décharges épileptiques.

Etat de la recherche

Les anticonvulsivants sont efficaces dans 60 % des cas, mais ils causent des effets secondaires. Des études sur de nouveaux composés permettent d'espérer la mise en marché d'un nouveau produit encore plus efficace.

Associations et organismes

Association québécoise de l'épilepsie 1015, côte du Beaver Hall, bureau 111 Montréal (Québec) H2Z 1S1

Téléphone : (514) 875-5595 Télécopicur: (514) 875-6734

Objectif

L'Association québécoise de l'épilepsie a pour mission de sensibiliser la population aux droits fondamentaux des personnes épileptiques et de promouvoir leurs intérêts. Elle vise à améliorer leur qualité de vie, à les intégrer à l'école et sur le marché du travail, à favoriser leur insertion sociale, à informer sur l'épilepsie pour éliminer les préjugés et à encourager la concertation entre les organismes publics et privés.

Services offerts

- Matériel d'information et d'éducation sur l'épilepsie.
- · Activités de promotion visant à améliorer la qualité de vie des personnes épileptiques.
 - Epilepsie Canada
 1470, rue Peel, bureau 745
 Montréal (Québec) H3A 1T1
 - Épilepsie Montréal
 3800, rue Radisson
 Montréal (Québec) H1M 1X6

Téléphone : (514) 845-7855 Télécopieur: (514) 845-7866

Téléphone : (514) 252-0859 Télécopieur: (514) 252-0598

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Téléphone: (418) 856-5151

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 549-9888 Télécopieur: (418) 549-7568

Québec

Québec

Téléphone : (418) 524-8752 Télécopieur: (418) 529-2971

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 822-3217

Outaouais

Aylmer

Téléphone : (819) 595-3331 Télécopieur: (819) 595-0792

Côte-Nord

Sept-Îles

Téléphone : (418) 968-2507 Télécopieur: (418) 962-1858

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Téléphone : (418) 986-2606

Paspébiac

Téléphone : (418) 752-6819 Télécopieur: (418) 752-5959

Chaudière-Appalaches

Téléphone: (418) 227-1776

Montérégie

Granby

Téléphone : (514) 378-8876 Télécopieur : (514) 777-3112

Joliette

Téléphone : (514) 753-4415 Télécopieur: (514) 755-4896

Ma fatigue chronique

Description

l'encéphalomyélite myalgique ou syndrome de fatigue chronique (E.M.-SFC) est une maladie virale associée à une dysfonction du système immunitaire. Soixante-dix pour cent des malades sont des femmes.

Symptômes

C'est une maladie complexe caractérisée par une fatigue extrême empêchant 50 % des activités quotidiennes pour une période de plus de six mois. Les symptômes varient énormément, mais les plus communs sont les suivants : épuisement total et manque de résistance, maux de tête, dépression, troubles du sommeil, de mémoire, de concentration, maux de gorge, douleurs musculaires, ganglions enflés.

Traitement

Aucun traitement spécifique n'est encore disponible. Plusieurs autres diagnostics doivent être éliminés avant de conclure au syndrome de fatigue chronique.

État actuel de la recherche

La recherche porte sur la virologie, l'immunologie, les allergies alimentaires et autres domaines. Quelques chercheurs américains envisagent l'éventualité d'un rapport entre cette maladie et un rétrovirus récemment découvert et facilement transmissible.

Association

L'Association québécoise de l'encéphalomyélite myalgique (syndrome de fatigue chronique) (AQEM)



C.P. 401

Beaconsfield (Québec) H9W 5T9

Services offerts

- * Conférences données par des spécialistes sur les derniers développements de la recherche.
- Centre de références pour trouver un médecin de votre région qui connaît cette maladie et les traitements disponibles.
- · Possibilité de rencontrer des gens vivant la même chose que vous.
- Bulletin de liaison.

a fi

A a fibromyosite ou fibromyalgie

Description

a fibromyalgie est une des maladies rhumatismales les plus communes : 100 000 Québécois en sont atteints, et on compte de 10 à 20 fois plus de femmes que d'hommes. Le terme fibromyalgie définit un syndrome clinique qui est caractérisé par des douleurs musculaires généralisées et des maux accompagnés d'une sensibilité accrue à la pression en des sites anatomiques bien définis du corps, qu'on appelle points sensibles.

Symptômes

- Douleurs continuelles et intenses à plusieurs endroits du corps, généralement : régions cervicale, lombaire, thoracique, gaine des épaules et du pelvis, mains, genoux et coudes.
- · Mauvais sommeil ou sommeil non réparateur.
- Fatigue excessive (épuisement anormal).
- * Troubles digestifs divers.
- * Maux de tête (migraine).
- * Raideurs matinales.
- * Sensation d'enflure, d'engourdissement.
- Douleurs augmentées par surcroit d'exercice, variations d'humidité, froid, air climatisé, stress.
- Sensation de dépression.

Traitement

Il est orienté vers les symptômes, afin d'agir sur la douleur, diminuer la raideur et améliorer le sommeil. Le patient doit favoriser le repos, la relaxation, éviter le stress et faire de l'exercice physique.

Etat actuel de la recherche

La recherche est peu développée. Jusqu'à ce jour, elle est orientée vers le soulagement de la douleur et l'incidence dans la population. Suite au consensus de Copenhague en 1992, il y a volonté d'inclure la dimension sociale dans la recherche car la fibromyalgie est reconnue comme la maladie ayant le plus d'impacts sociaux, tels les absences au travail, les retraites prématurées, etc.

Associations et organismes

 Association de la Fibromyalgie du Québec Bureau provincial
 333, boulevard Lacombe, bureau 208
 Le Gardeur (Québec) J5Z 1N2



a fibromyosite ou fibromyalgie

Ailleurs au Québec



Association de la Fibromyalgie du Québec

Bas-Saint-Laurent

Téléphone: (418) 724-5974

Québec

Québec

Téléphone: (418) 624-8802

Mauricie-Bois-Francs

Téléphone: (819) 379-7226

Estrie

Téléphone: (819) 569-2865

ou 566-1067

Outaouais

Téléphone: (819) 243-1945

Abitibi-Témiscamingue

Téléphone: (819) 768-3099

ou 824-8202

Côte-Nord

Téléphone: (819) 296-0489

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Téléphone: (418) 645-2990

Chaudière-Appalaches

Téléphone: (418) 588-6241 Télécopieur: (418) 387-2527

Laval

Téléphone: (514) 628-1090

ou 661-9669

Laurentides

Téléphone: (514) 436-5591



pour avoir de belles dents , il faut :

- · se brosser les dents ;
- · prendre des bonnes collations pour les dents (fruits, légumes,
 - fromage, noix);
 - · visiter son dentiste régulièrement.

Source : CLSC René-Cassin

La fibrose kystique

Description

près le cancer, la fibrose kystique (ou mucoviscidose) est la maladie incurable qui cause le plus de décès chez les enfants.

La fibrose kystique est une affection génétique récessive et progressive qui affecte toutes les cellules du corps qui produisent des sécrétions comme les cellules des poumons, ou celles de la peau, des glandes, de l'estomac.

Ces sécrétions obstruent les canaux excréteurs ainsi que les bronches et bronchioles, entravant le bon fonctionnement des systèmes respiratoire et digestif. Les patients sont donc sujets aux infections, aux pneumonies. Quatre-vingt pout cent des décès sont causés par une dégénérescence du système respiratoire.

Au Canada, il y a 2500 cas, dont 1000 au Québec.

Symptômes

- Toux récurrente produisant un mucus épais.
- Appétit vorace s'accompagnant quand même d'une perte de poids.
- Selles fréquentes, volumineuses, nauséabondes.
- Sueur à goût excessivement salée.
- Fréquentes pneumonies lentes à guérir.

Traitements

- Aérosol, thérapie sous masque, pour décongestionner les poumons ; la brumisation peut comporter des antibiotiques pour prévenir toute infection pulmonaire.
- Drainage postural pour déloger le mucus et en permettre l'expectoration. On peut recourir à la percussion électrique de la poitrine et du dos.
- Exercices respiratoires.
- Les médicaments : enzyme pancréatique, vitamines ou multi-vitamines, vitamines E, antibiotiques oraux et autres, ventolin, suplément nutritif (Ensure), tobramycine (Nebcin), Dornase Alpha (Pulmozyme).

État actuel de la recherche

Le Canada est un des pays au monde où les malades atteints de la fibrose kystique peuvent espérer vivre le plus longtemps. Les dons amassés permettent aux chercheurs d'améliorer les suppléments pancréatiques, réduisant de 100 à 20 le nombre de capsules absorbées chaque jour.

Deux chercheurs britanniques et américains ont réussi à identifier la paire de chromosomes porteurs du gène défectueux de la fibrose kystique.

Des chercheurs ont annoncé la mise au point d'un modèle souris avec la fibrose kystique.



Aux Etats-Unis, en avril 1993, il y eut un premier patient à recevoir une thérapie de gène humain pour combattre la fibrose kystique.

La recherche actuelle sur la FK est orientée vers le test routinier de dépistage des porteurs sains, la thérapie génétique, la détection de la FK par amniocentèse pendant la grossesse, l'amélioration des traitements palliatifs chirurgicaux (greffe bi-pulmonaire) et médicaux (suppléments nutritionnels et apports en enzymes digestives, anti-biothérapie particulièrement efficace contre la bactérie *Pseudomonas*).

Association

◆ Association québécoise de la fibrose kystique 800, boulevard René-Lévesque Ouest, bureau 2260 Montréal (Québec) H3B 1X9



Objectifs

- · Aider les personnes atteintes de fibrose kystique au Québec.
- Sensibiliser le grand public à la fibrose kystique.
- · Recueillir des fonds pour soutenir ses activités.

Services offerts

La Fondation canadienne de la fibrose kystique octroie des subventions aux fins suivantes :

- projets de recherche visant à trouver un moyen de guérir ou de combattre la fibrose kystique ;
- formation de spécialistes et de professionnels de la santé dans des domaines de la médecine.

Saviez-vous que?

Chaque année au Québec , plus de 1000 cas d'intoxication par les pesticides sont rapportés au Centre Antipoison du Québec.

Source : Centre Anti-poison

'hémophilie

Description

l'hémophilie est une maladie caractérisée par une incapacité du sang de coaguler à cause de la carence d'une protéine essentielle appelée «le facteur». Elle affecte presqu'exclusivement les personnes de sexe masculin (environ 1 homme sur 5000).

Symptômes

Les personnes hémophiles souffrent d'hémorragies internes (parfois spontanées) douloureuses dans les tissus, les muscles, les tendons, les organes vitaux et les articulations.

Traitements

Chaque fois qu'un saignement interne se déclenche, l'hémophile doit s'injecter un concentré de facteurs de coagulation.

État de la recherche

Les recherches dans le domaine de la thérapie génique permettent d'espérer un traitement définitif de l'hémophilie d'ici l'an 2000.

Associations et organismes

Société canadienne de l'hémophilie
 Section Québec
 625, avenue Président-Kennedy, bureau 1502
 Montréal (Québec) H3A 1K2

Téléphone : (514) 848-0666 Télécopieur: (514) 848-6103

Section nationale

625, avenue Président Kennedy, bureau 1210 Montréal (Québec) H3A 1K2



La Société canadienne de l'hémophilie - Section Québec - existe prioritairement pour améliorer les conditions de vie des personnes affectées directement ou indirectement par l'hémophilie ou par tout autre trouble de coagulation sanguine.

Dans la mesure de ses capacités, elle développe et maintient une expertise dans les domaines reliés à l'utilisation du sang, de ses dérivés ou de ses substituts, afin d'en promouvoir la sécurité pour les hémophiles et aussi, pour les autres utilisateurs de produits sanguins.

Enfin, elle s'adresse aussi aux personnes vivant avec les conséquences d'une transfusion sanguine.

C'hémophilie

Objectif

La Société canadienne de l'hémophilie vise à améliorer la qualité de vie des hémophiles, à les soutenir, les informer, défendre leurs droits, ainsi qu'à promouvoir la sécurité des réserves de sang et à encourager la recherche.

Services offerts

- En priorité, défendre et promouvoir la disponibilité, la qualité et la gratuité des produits sanguins.
- Offrir des services d'information, d'aide et de soutien aux hémophiles et aux personnes vivant avec les conséquences d'une transfusion sanguine.
- Défendre et promouvoir les droits de sa clientèle cible.
- Sensibiliser, éduquer et informer le public en général.
- Promouvoir la recherche dans les domaines reliés à son mandat.

Centres de traitement

Ces centres sont situés dans des hôpitaux et bénéficient de la présence d'un médecin, d'une infirmière, d'un travailleur social et d'un physiothérapeute.

Hôpital de Montréal pour enfants
Département des soins à domicile
2300, rue Tupper, bureau A-216
Montréal (Québec) H3H 1P3

- Téléphone + (514) 934-4420 Télécopieur: (514) 934-4424
- ◆ Hôpital Sainte-Justine
 Centre d'hématologie
 3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
 Montréal (Québec) H3T 1C5
- Téléphone : (514) 345-4830 paste 6031 Télécopieur: (514) 345-4821

◆ Hôpital du Saint-Sacrement Centre d'hémophilie 1050, chemin Sainte-Foy Québec (Québec) G1S 4L8

- Téléphone ; (514) 682-7874 Télécopieur; (514) 682-7961
- Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
 Département d'hématologie
 3001, 12e avenue Nord
 Sherbrooke (Québec) J1H 5N4
- Téléphone : (819) 563-5555 poste 4413 Télécopieur: (819) 564-5434

'hypercholestérolémie familiale

Description

u'est-ce que le cholestérol ? C'est une substance grasse présente dans tous les organismes d'origine animale. Il s'agit d'une composante essentielle du corps humain parce qu'il fait partie intégrante des membranes qui délimitent les cellules et qu'il sert à la confection de certaines hormones et d'acides biliaires qui facilitent la digestion. Le cholestérol est transporté dans le sang par les lipoprotéines.

Le cholestérol devient néfaste lorsque des dépôts se forment sur les parois des artères, provoquant un amas qui bombe à l'intérieur de l'artère, pouvant ainsi l'obstruer. Ce processus d'obstruction des artères s'appelle «athérosclérose». C'est dans ce processus que le cholestérol peut être néfaste pour le coeur et les vaisseaux et constituer ainsi un facteur de risque cardio-vasculaire.

Dans nos pays industrialisés, environ la moitié de la population a un niveau de cholestérol trop élevé!

Pour la plupart, cet excès de cholestérol n'est pas héréditaire, mais bien dû à de mauvaises habitudes de vie : mauvaise alimentation, manque d'exercice, excès de poids. Chez ces personnes, un changement d'habitudes ramènera le plus souvent leur taux sanguin de cholestérol au niveau recommandé.

Pour les autres personnes, cet excès de cholestérol est une condition héréditaire ou génétique portant le nom d'hypercholestérolémie familiale.

Causes de l'hypercholestérolémie familiale

Il existe plusieurs causes génétiques de niveaux élevés de cholestérol sanguin, et l'HF n'en constitue que l'une d'elles. Dans l'HF, le défaut se situe sur le chromosome 19.

L'intérêt particulier porté sur l'HF vient de l'**importance du danger cardio-vasculaire** qu'elle présente à la fois sur le plan de :

- la fréquence des accidents cardiaques ;
- · la précocité de l'âge auquel ces accidents surviennent.

Une personne porteuse de l'HF court un risque d'accident cardiaque beaucoup plus grand qu'une personne sans la maladie. En effet, près de 45 % d'entre elles font un accident cardiaque avant 50 ans chez les hommes et 60 ans chez les femmes.

Détection de l'HF

Dans la majorité des cas, les personnes atteintes développeront, après l'âge de 20 ans, des **dépôts de cholestérol visibles à l'oeil nu!** Ces dépôts se retrouvent sous formes de bosses (appelées «xanthomes») aux tendons d'Achille (chevilles) et sur les tendons des mains (au dos des mains).

'hypercholestérolémie familiale



Les moyens usuels de traitement se basent sur une cuisine pauvre en cholestérol, de plus en plus alléchante, ainsi que des médicaments bien tolérés et de plus en plus efficaces.

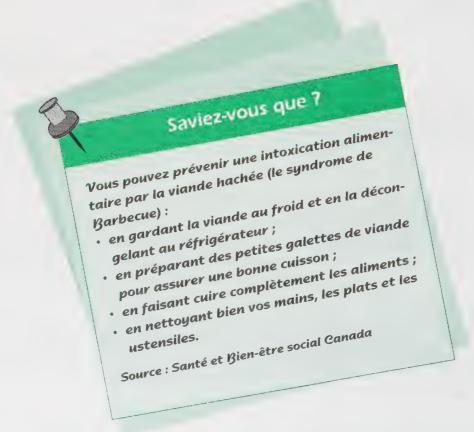
Association

L'Association canadienne de l'hypercholestérolémie familiale Institut de recherches cliniques de Montréal 110, avenue des Pins Ouest, porte R43-A Montréal (Québec) H2W 1R7



Objectifs

- Favoriser le dépistage de l'HF.
- Offrir une structure de soutien aux personnes atteintes et à leur famille.
- Diffuser de l'information pertinente.
- Promouvoir les recherches médicales pour en parfaire le diagnostic et le traitement.



Description

J'hypoglycémie est due à une trop grande production d'insuline (produite par le pancréas). Elle se caractérise par un taux de sucre trop bas dans le sang.

Symptômes

Les principaux symptômes sont : de la faiblesse, des tremblements, une faim excessive, une rage de sucre et de féculents, une transpiration abondante, une vue embrouillée, des étourdissements, des migraines, de l'insomnie, et même des pertes de connaissance. Par conséquent, les hypoglycémiques peuvent éprouver une grande nervosité, de l'irritabilité, des pertes de mémoire, des phobies et un manque de concentration.

Causes

L'hypoglycémie peut être attribuable à une maladie du foie, une tumeur au pancréas, un dérèglement du système glandulaire, une mauvaise alimentation, un choc émotif ou un accident, une trop grande consommation d'alcool, de café, de cigarettes, etc., au stress.

Traitements

Une bonne nutrition est le principal traitement (aucun sucre concentré, pas de stimulants articifiels, mais des aliments riches en fibres, des repas légers, des collations). Un surplus vitaminique, la relaxation et les activités de plein air (pour une meilleure oxygénation) peuvent aussi améliorer l'état des hypoglycémiques.

Association

Association des hypoglycémiques du Québec Inc.
 500, boulevard Saint-Joseph Est
 Montréal (Québec) H2J 1J9



Objectif

La mission de l'Association des hypoglycémiques est d'aider et d'informer les hypoglycémiques afin qu'ils prennent conscience que leur alimentation est la clé de leur mieux-être. Elle vise aussi à favoriser le dépistage et à sensibiliser la population ainsi que les médecins et les organismes de santé.

Services offerts

- Relation d'aide : rencontres individuelles ou en groupe.
- Questionnaire de dépistage, système informatique nutritionnel.
- · Sessions d'information, conférences.
- Entrevues avec des conseillers en nutrition : apprendre à manger sans mauvais sucre.
- Documentation, document guide.
- Test d'hyperglycémie provoquée de cinq heures.

'infection invasive à streptocoque A

La fasciite nécrosante ou «bactérie mangeuse de chair»

Description

La fasciite nécrosante, plus connue sous le nom de «bactérie mangeuse de chair», est une maladie rare entraînant une destruction importante de tissus et parfois, la mort. La fasciite nécrosante ne touche qu'une personne sur 1 million et dans 50 à 70 % des cas, les personnes s'en remettent. Au Québec, cette maladie est à déclaration obligatoire aux autorités sanitaires et la plupart de ces infections graves se produisent entre octobre et mars.

Symptômes

Le malade fait de la fièvre et la zone infectée est très douloureuse, rouge et enflée et cette enflure s'étend très rapidement : l'infection peut s'étendre de 1 pouce ou 3 cm par heure dans les tissus. La mort peut survenir en 18 heures. Lorsque l'infection s'étend dans les couches de tissus qui recouvrent les muscles (la fascia) on l'appelle fasciite nécrosante ; lorsqu'elle s'attaque au tissu musculaire, on l'appelle myosite nécrosante.

Causes

La fasciite nécrosante est causée par différentes bactéries dont l'une est le streptocoque du groupe A. Cette bactérie est à l'origine d'un mal de gorge ou d'angine streptococcique chez les enfants et les jeunes adultes. Cette bactérie cause aussi la scarlatine, l'impétigo et le rhumatisme articulaire aigu.

Le streptocoque du groupe A peut être présent dans la gorge de 10 à 15 % des enfants d'âge scolaire, sans que ceux-ci ne présentent de symptômes. Cette bactérie se propage lors de contacts personnels intimes avec des personnes infectées, par exemple, lorsqu'on s'embrasse ou qu'on utilise les mêmes ustensiles.

Traitement

Le traitement de la fasciite nécrosante consiste généralement en la résection chirurgicale des tissus infectés : cela peut aller jusqu'à l'amputation. À ce traitement, s'ajoute l'administration d'antibiotiques (pénicilline) et d'autres médicaments.

État de la recherche

Les chercheurs ne savent pas pourquoi le streptocoque du groupe A, qui est normalement inoffensif, devient plus dangereux.

Des chercheurs américains pensent avoir trouvé un moyen de fabriquer un vaccin contre cette bactérie, mais le produit ne sera pas sur le marché avant de nombreuses années.

Les chercheurs canadiens cherchent à mettre au point une nouvelle stratégie qui pourrait contribuer au traitement de l'infection à bactérie mangeuse de chair.

l'infection invasive à streptocoque A

Prévention

- Nettoyage attentif des plaies cutanées.
- · Une infection (inflammation) ou plaie qui s'aggrave devrait être vue par un médecin.
- Le diabète peut augmenter le risque de développer une infection invasive.
- Bureau de l'épidémiologie des maladies transmissibles
 Laboratoire de lutte contre la maladie
 Direction générale de la protection de la santé
 Santé-Canada

Téléphone : (613) 957-0322 Télécopieur : (613) 998-6413

- Hôtel-Dieu de Montréal
 Département de microbiologie et d'infectologie
 Montréal
- Téléphone : (514) 843-2675 Télécopieur: (514) 849-8986

Hôpital Saint-Luc
 Département de microbiologie

 Montréal

Téléphone : (514) 281-2100 Télécopieur: (514) 281-2443

Note: Ce texte est tiré des «Info-Capsules» de Santé et Bien-être social Canada de février 1995.



a laryngectomie

Description

La laryngectomie est une chirurgie qui consiste à faire l'ablation partielle ou totale du larynx ou des cordes vocales cancéreuses.

Symptômes

Les premiers symptômes du cancer du larynx sont la persistance d'un enrouement de la voix, une certaine difficulté à avaler des aliments que l'on mange habituellement sans problème.

Traitements

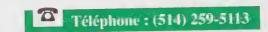
Si, après un traitement aux antibiotiques, la voix est toujours enrouée, un oto-rhinolaryngologiste fait une biopsie. S'il diagnostique une tumeur, on tente de la supprimer par un traitement de radiothérapie. Si elle persiste, on procède à une chirurgie.

Réadaptation

Privé de ses cordes vocales et de son larynx, l'opéré doit réapprendre à communiquer, soit en développant une voix oesophagienne, soit en se servant d'appareils électroniques. Dernièrement, grâce à la recherche, une petite prothèse a été mise au point, permettant au laryngectomisé d'avoir un débit plus rapide et une voix moins métallique.

Association

Fédération québécoise des laryngectomisés (Associée à la Société canadienne du cancer) 5955, 41e avenue Montréal (Québec) H1T 2T7



Pour obtenir les numéros de téléphone en région, contactez la Société Canadienne du Cancer, à la rubrique cancer de ce chapitre.

Objectif

La **Fédération québécoise des laryngectomisés** a pour objectif de faire connaître à ses membres les techniques de réhabilitation vocale et les soins hygiéniques à adopter. Elle cherche aussi à informer le public sur les moyens de prévention du cancer du larynx.

Services offerts

- Trousse de documentation, conférences, collaboration aux programmes de formation.
- Centre communautaire le «Salon d'entraide des Laryngectomisés ».
- Bulletin d'informations trimestriel «Le Renouveau».
- Groupes d'entraide, visites aux patients hospitalisés et visites à domicile.
- · Participation à la rééducation vocale.
- Fournitures d'articles difficiles à trouver : lavallières adaptées, galon croisé, filtres, mini-amplificateurs, etc.

Description

a leucémie est un «cancer du sang» causé par la multiplication, particulièrement dans la moelle osseuse, de cellules sanguines anormales qui dérèglent le développement des cellules normales. Quand elles deviennent trop nombreuses, tout le sang s'appauvrit et les symptômes apparaissent.

Les deux types de leucémie touchant les enfants sont : la leucémie lymphoblastique (70 à 80 % des cas) et la leucémie non-lymphoblastique.

Symptômes

Les principaux symptômes de la leucémie sont l'anémie (pâleur, fatigue) les hémorragies internes (ecchymoses, taches rouges foncées), les infections (fièvres inexpliquées et intenses), des douleurs osseuses. Le diagnostic est facile à établir : un examen de la moelle osseuse en révèle la présence.

Traitements

Le traitement le plus reconnu est la **chimiothérapie**, souvent accompagnée de radiothérapie crânienne. Les chances de rémission (moyenne de 3, 5 ans) sont de 90 % pour les leucémies lymphoblastiques et 50 à 60 % pour les non-lymphoblastiques (rémission moyenne de 6 à 12 mois). Les guérisons dans le premier cas sont de 30 à 50 % et dans le deuxième cas de 20 %.

Malgré les risques de rejet, d'infection ou de pneumonie chez ceux qui ne guérissent pas avec la chimiothérapie, la transplantation de moelle osseuse demeure un autre moyen de tendre vers la guérison. Il s'agit d'injecter la moelle osseuse liquide du donneur chez le leucémique.

État actuel de la recherche

On peut s'attendre à ce que de plus en plus d'enfants puissent guérir de la leucémie avec la chimiothérapie. Pour les autres, la transplantation de moelle osseuse provenant d'un donneur compatible de la même famille ou non apparenté occupe une place de plus en plus importante dans le traitement de la leucémie. Environ 30 % des patients, s'ils ont des frères ou soeurs, peuvent espérer un donneur compatible. Les chercheurs continuent d'étudier les causes et les raisons expliquant que certains enfants ne guérissent pas.

Associations et organismes

◆ Leucan 3045, chemin de la Côte Sainte-Catherine Montréal (Québec) H3T 1C4 Téléphone : (514) 731-3696 Sans frais : 1 800 361-9643 Télécopieur: (514) 731-2667

a leucémie

Leucan Région de Québec
 2950 A, boulevard Laurier
 Sainte-Foy (Québec) G1V 2M4



Objectif

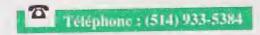
LEUCAN est une association de parents d'enfants atteints de leucémie ou d'une autre forme de cancer. L'organisme apporte un soutien aux enfants et à leurs familles et subventionne la recherche en cancérologie pédiatrique.

Services offerts

Information, documentation, transport, aide financière, aide psychosociale, groupes d'entraide, massothérapie, animation en salle de jeu, activités socio-récréatives, camp d'été, fête de Noël, bulletin périodique.

Les Lampistes

(Association pour la Leucémie et le cancer infantile) C. P. 1285, succursale H Montréal (Québec) H3G 2N2



Objectif

Association de bénévoles (des parents d'enfants atteints, pour la plupart), qui s'est donné pour mission d'améliorer la qualité de vie des enfants atteints et d'apporter un soutien moral aux parents.

Services et réalisations

- Collaboration pour la mise sur pied d'une clinique de traitement de jour (chimiothérapie) à l'**Hôpital de Montréal pour enfants**.
- · Contribution financière à la recherche médicale.
- Conférences sur la nutrition pour les parents.
- Bulletin d'information deux fois par an.

Société canadienne du Cancer

(voir la section réservée au Cancer dans ce chapitre).



Description

L'organisme des lupiques fabrique des anticorps qui, au lieu de défendre le corps contre les bactéries et les virus, attaquent les tissus sains.

Le lupus érythémateux discoïde (LED) se caractérise par des plaques croûteuses rougeâtres sur le nez, les joues, le cuir chevelu, les bras, les jambes et le tronc. C'est la forme bénigne de la maladie.

Le lupus érythémateux disséminé est beaucoup plus grave : il s'attaque aux articulations, au sang, et aux organes vitaux.

Symptômes

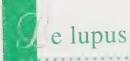
Les symptômes du lupus diffèrent d'une personne à l'autre et sont souvent temporaires ; il est donc extrêmement difficile de le diagnostiquer. Par contre, certains signes sont fréquents : éruption au visage en forme d'ailes de papillon, réaction anormale de la peau au soleil, arthrite, fièvre, fatigue, faiblesse, douleurs, anémie, inflammation aux poumons, aux reins ou à l'abdomen, épilepsie, psychose, perte de sensation et difficulté à bouger, syndrome de Raynaud (réaction anormale des vaisseaux sanguins au froid), contusions, etc.

Traitements

Le LED était jusqu'à récemment une maladie grave. Mais maintenant, les médecins spécialistes peuvent traiter la maladie et la garder sous contrôle chez la plupart des malades. On ne peut pas guérir le LED, mais les médicaments comme l'Aspirine, les antimalariaux, et les stéroïdes « cortisone » sont très utiles pour supprimer les symptômes d'activité de la maladie. Il est primordial de respecter la médication prescrite et d'éviter la fatigue, le stress, et ne jamais essayer de bronzer.

État de la recherche

Aujourd'hui, on peut mieux dépister la maladie et prédire une rechute. Grâce à des souris atteintes de lupus, on expérimente des traitements, tels que : remplacer les anticorps responsables du lupus par des facteurs (protéines essentielles) et débarrasser l'organisme des anticorps pathogènes grâce à un procédé semblable à l'hémodialyse. On pense aussi qu'il peut exister des facteurs héréditaires très complexes ayant un rôle dans le développement de la maladie. Si on réussit à prouver qu'un virus contribue au développement de la maladie, un vaccin pourrait sans doute être trouvé.



Association

Société du lupus du Québec 24, rue Mont-Royal Ouest C.P. 8, bureau 602 Montréal (Québec) H2T 2S2



Objectif

Informer, éduquer et encourager les personnes atteintes de lupus, sensibiliser le public et les membres des secteurs médicaux, lever des fonds pour financer la recherche.

Services offerts

- * Bulletins d'information.
- Sessions de thérapie.

- Conférences.
- Groupes de soutien.



Saviez-vous que?

Il existe des trucs pour manger moins gras :

- · moins de beurre ou de margarine sur le pain ou les bagels ; moins de vinaigrette ou une vinaigrette réduite en matières grasses;
- · des légumes nature ou légèrement assaisonnés ;
- · cuisson au four, à la vapeur ou au micro-ondes de préférence ;
- · sauces à base de bouillon dégraissé ou de légumes ;
- pas de croustilles ni de chocolat.

Source : Guide alimentaire canadien

sa maladie coeliaque

Description

a maladie coeliaque touche une personne sur 2000 environ. En détruisant la surface interne du petit intestin constituée de cellules indispensables à l'absorption des éléments nutritifs, le gluten, substance que l'on retrouve dans les céréales, peut être à l'origine de cette maladie.

Symptômes

Nombreux, les symptômes varient d'une personne à l'autre. Diarrhées, perte de poids, arrêt de croissance chez les enfants, ballonnement intestinal, oedème, douleurs osseuses, crampes musculaires, fatigue et anémie sont parmi ceux qui se manifestent le plus souvent.

Traitement

Une biopsie intestinale s'avère nécessaire pour diagnostiquer la maladie coeliaque. Ensuite, le seul traitement possible est d'éliminer de son alimentation l'agent nocif : le gluten. Seul un régime pour la vie peut aider les personnes atteintes de la maladie coeliaque à vivre en bonne santé.

Associations et organismes

La Fondation québécoise de la maladie coeliaque 5115, avenue Trans-Island, bureau 236 Montréal (Québec) H3W 2Z9



Objectifs

- Recueillir et diffuser de l'information sur la maladie.
- Organiser des activités éducatives à l'intention des personnes atteintes de la maladie coeliaque, de leurs parents, des professionnels de la santé, ainsi que du public en général, sur la nature de la maladie, son diagnostic, son traitement et son contrôle.
- Faciliter l'approvisionnement en produits sans gluten.
- Promouvoir l'étude sur la qualité des aliments sans gluten.
- Favoriser la recherche sur la maladie.
- Organiser des campagnes de souscription et solliciter des fonds pour réaliser ces objectifs.

a maladie coeliaque

Services offerts

- Publication d'un bulletin de liaison et d'information.
- . Réunions d'information à Montréal et dans d'autres villes du Québec.
- Publication de plusieurs documents sur le régime à suivre, les produits alimentaires et médicaments sans gluten, sur la façon de lire les étiquettes.
- Publication d'un livre de recettes sans gluten.

Aillears au Québec

0

La Fondation québécoise de la maladie coeliaque

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone: (418) 724-6299

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-4120

Québec

Sainte-Foy

Téléphone: (418) 653-4857

Mauricie-Bois-Francs

Saint-Georges de Champlain

Téléphone: (819) 538-7373

Saint-Louis-de-France

Téléphone: (819) 376-4101

Saint-Léonard

Téléphone: (819) 399-3244

Estrie

Stoke

Téléphone: (819) 878-3538

Abitibi-Témiscamingue

Granada

Téléphone: (819) 762-3164

Lanaudière

Mascouche

Téléphone: (514) 968-0532

Laurentides

Sainte-Thérèse

Téléphone: (514) 435-6095

Montérégie

Granby

Téléphone: (514) 372-0442

Iberville

Téléphone: (514) 358-9953

Frelighsburg

Téléphone: (514) 298-5089

a maladie de Huntington

Description

la maladie de Huntington est une affection neurologique héréditaire. Elle s'attaque tant au corps qu'à l'esprit et elle est fatale à plus ou moins long terme. Elle se caractérise par des mouvements involontaires (la chorée) et des anomalies du comportement.

Symptômes

Dans la majorité des cas, les premiers symptômes se manifestent entre 30 et 45 ans. Il s'agit de troubles moteurs (maladresse, chutes, tendance à échapper des objets, pertes d'équilibre, difficulté à parler et à écrire), des troubles cognitifs (difficulté à planifier et organiser, mémoire et jugement défaillants) ou des troubles émotifs (irritabilité, impulsivité, agitation, apathie, repli sur soi, difficulté à se concentrer).

Puis ces troubles s'aggravent jusqu'à atteindre la perte d'autonomie, l'impossibilité de communiquer, des problèmes psychiatriques et la détérioration générale de la santé.

Traitements

Cette maladie est incurable et très difficile à traiter parce que les symptômes varient beaucoup d'une personne à l'autre. On favorise une approche multidisciplinaire (neurologue, psychiatre, infirmière, ergothérapeute, orthophoniste, physiothérapeute, diétiétiste, etc.). Des neuroleptiques (pour les mouvements involontaires), antidépresseurs et antipsychotiques peuvent aider, mais leurs effets secondaires sont nombreux.

État de la recherche

Récemment, des chercheurs américains ont identifié le gène responsable de la maladie. Des médicaments qui pourraient prévenir ou ralentir la maladie sont présentement testés et de nombreuses recherches sur des maladies connexes permettent de garder espoir.

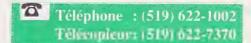
Associations

Société Huntington du Québec 4841, rue Rivard Montréal (Québec) H2J 2N7

Au Canada

Ville de Québec

Téléphone : (514) 842-5740 Télécopieur: (514) 842-5961





Objectif

La Société Huntington vient en aide aux personnes atteintes et à leurs proches, diffuse de l'information sur la maladie et subventionne des projets de recherche.

Services offerts

- * Des travailleurs sociaux apportent du soutien aux familles et personnes atteintes.
- * Cassettes vidéo, documentation et bulletin d'information.

es maladies de l'intestin

La maladie de Crohn et la colite ulcéreuse

Description

na maladie de Crohn et la colite ulcéreuse sont des affections chroniques et non Contagieuses s'attaquant principalement à l'intestin grêle et au côlon. On les appelle les maladies inflammatoires de l'intestin (MII).

Symptômes

Courants:

- Manque d'appétit.
- . Perte de poids.
- Douleurs abdominales.
- · Diarrhée fréquente.
- · Sang dans les selles.
- · Anémie et fièvre.

Peu courants:

- Douleurs articulaires.
 Inflammation des yeux (uvéite).
 Lésions cutanées.

Causes

Elles sont inconnues mais on axe les recherches sur :

- · Une anomalie des réactions immunitaires.
- · La présence d'agents infectieux (virus ou bactéries).
- · Une prédisposition génétique.
- Les facteurs environnementaux.

Les MII ne sont pas contagieuses, ni causées par des aliments spécifiques ou par le stress.

Traitements

- Antidiarrhéiques et antispasmodiques (soulagement des symptômes).
- · Corticostéroïdes (soulagement des crises aiguës).
- Composés de 5-AAS.
- · Sulfasalazine.
- Antibiotiques et immunodépresseurs.

La chirurgie est recommandée dans les cas suivants :

- cas grave incontrôlé par les médicaments ;
- dysplasie (signe avant-coureur du cancer);
- colite ulcéreuse : l'ablation du côlon et du rectum amène une guérison définitive ;
- maladie de Crohn : la chirurgie améliore mais ne guérit pas.

es maladies de l'intestin

État actuel de la recherche

La communauté scientifique pense que les MII sont le résultat de plusieurs facteurs chez les personnes prédisposées et que la combinaison de ces facteurs varie selon chaque personne atteinte.

Champs de recherche:

- Anomalie au niveau du système immunitaire de l'intestin prédisposant certaines personnes aux MII.
- · La part de la génétique dans cette prédisposition.
- Les facteurs environnementaux.

Association

◆ Fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestin

Bureau provincial du Québec 1010, rue Sherbrooke Ouest, bureau 1414 Montréal (Québec) H3A 2R7



Objectifs

- Financer la recherche médicale pour trouver la cause et le traitement curatif des maladies inflammatoires de l'intestin.
- Diffuser de l'information sur les MII aux personnes atteintes, à leur famille, aux professionnels de la santé et au grand public.

Services offerts

- Abonnement au Journal national.
- Réunions d'éducation.
- Distribution de brochures sur les MII.

es maladies du coeur

Description

les maladies cardiovasculaires et les accidents vasculaires cérébraux sont la première cause de décès au Québec, au Canada et dans les pays industrialisés. Chaque année au Québec, elles sont responsables de 19 000 décès (soit 38 % des mortalités) et de 100 000 cas d'hospitalisation. Le coût de ces maladies à la collectivité québécoise est estimé à quelque 8 milliards.

La crise cardiaque est le résultat de l'obstruction d'une artère au coeur. L'arrêt de l'alimentation en oxygène du muscle cardiaque peut causer des douleurs temporaires (angine) ou des dommages permanents (infarctus). L'artériosclérose ou athérosclérose est le résultat du durcissement et du rétrécissement des artères par des dépôts de matières grasses.

L'accident vasculaire cérébral survient lorsque le sang ne se rend pas au cerveau ou à une partie de celui-ci, par suite de l'obstruction ou de la rupture d'une artère.

Facteurs de risques contrôlables de maladies du coeur

- Le tabagisme.
- L'hypertension.

- L'hypercholestérolémie.
- L'inactivité physique.

Facteurs de risques incontrôlables

- · L'hérédité.
- L'obésité et l'embonpoint.
- Le diabète.

- * La mauvaise gestion du stress.
- L'âge.
- · Le sexe.

Symptômes

Crise cardiaque:

- Douleurs ou serrement de poitrine.
- Douleurs le long du bras gauche, du cou et/ou de la mâchoire.
- * Essoufflement anormal.
- * Sueurs, faiblesse, souffle court.

Insuffisance cardiaque:

- Fatigue chronique.
- * Rythme cardiaque irrégulier (palpitations, cognements, etc.).

Maladies des vaisseaux périphériques :

- * Crampes, douleurs, raideurs dans les jambes.
- Gonflement des pieds et des chevilles.
- ^e Faiblesse, engourdissement soudain et temporaire au visage, aux bras ou aux jambes.

Accident vasculaire cérébral :

- Maux de tête, vertiges.
- · Affaiblissement ou perte temporaire de la vision.
- Étourdissement temporaire, manque d'équilibre.

Prévention

Les intervenants en santé conseillent d'éviter de fumer et de respirer la fumée secondaire, d'adopter un régime alimentaire varié faible en gras et en sel et riche en fibres, de conserver un poids-santé, de faire de l'exercice d'intensité modérée au moins trois fois par semaine ainsi que de contrôler sa tension artérielle et son taux de cholestérol sanguin régulièrement.

État actuel de la recherche

Les spécialistes des maladies cardiovasculaires ont aujourd'hui accès à des techniques chirurgicales de pointe. Grâce à la recherche, on a même mis au point un coeur artificiel. Les problèmes de rejet et de coagulation du début ont été réglés. Reste maintenant à trouver une source d'énergie convenable pour faire fonctionner le mécanisme artificiel.

L'énergie nucléaire pourrait être une solution.

Enfin, un laboratoire américain vient de commercialiser un coeur artificiel transitoire (Novacor) qui permet au malade d'attendre qu'un coeur soit disponible pour procéder à une transplantation.

Les maladies cardiaques chez les enfants

Description

Chez l'enfant, les malformations du coeur sont 20 fois plus courantes que la fibrose kystique et au moins 100 fois plus communes que la leucémie et le cancer. Elles constituent la grande majorité des affections cardiaques infantiles. Ces malformations se produisent au cours de la vie intra-utérine, dans les toutes premières semaines de la grossesse; dans 90 % des cas, la cause reste inconnue. On estime qu'un enfant sur 50 naît porteur d'une anomalie quelconque.

Certaines malformations sont corrigées précocement par la chirurgie, mais, avec le temps, on s'aperçoit que plusieurs de ces malades développent des complications, même s'ils ont été bien opérés.

Dans l'ensemble, le diagnostic d'un problème cardiaque chez un enfant comporte un pronostic grave. À l'âge de 15 ans, environ 25 % des enfants nés avec une malformation seront décédés.



Traitement

Le traitement a fait des progrès considérables puisque environ 40 % des malformations cardiaques peuvent maitenant être traitées sans intervention chirurgicale. Le traitement se fait en introduisant dans les veines et les artères des instruments qui dilatent, bouchent ou sectionnent des structures anormales ; cela s'appelle le «cathétérisme interventionnel».

Associations et organismes

Fondation des maladies du coeur du Québec Siège social 465, boulevard René-Lévesque Ouest, 3e étage Montréal (Québec) H2Z 1A8

Téléphone : (514) 871-1551 Sans frais : 1 800 567-8563 Télécopieur: (514) 871-1464

Téléphone : (613) 241-4361

Bureau du Canada

160, rue George, bureau 200 Ottawa (Ontario) K1N 9M2

Objectif

La mission de la Fondation consiste à favoriser l'étude, la prévention et la réduction des invalidités et des décès dus aux maladies cardiovasculaires et aux accidents vasculaires cérébraux, par la recherche, l'éducation et la promotion de modes de vie sains.

Services offerts

- Matériel de sensibilisation et d'information.
- Programmes d'éducation pour le public et les professionnels de la santé.

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-2797

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-8959

Québec

Québec

Téléphone : (418) 682-6387 Télécopieur: (418) 643-3177

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 375-9565 Télécopieur: (819) 375-0233

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 562-7942 Télécopieur: (819) 564-0690

Montréal

Montréal

Téléphone: (514) 871-0133 Télécopieur: (514) 871-8705

Outaquais

Hull

Téléphone: (819) 771-8595 Télécopieur: (819) 771-7070

es maladies du coeur

Ailleurs au Québec



Fondation des maladies du coeur (suite)

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Téléphone: (819) 732-6708

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Rimouski

Téléphone: (418) 723-2439

Laval

Saint-Vincent-de-Paul

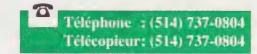
Téléphone : (514) 664-2004 Télécopieur: (514) 664-2006

Montérégie

Longueuil

Téléphone : (514) 442-6387 Télécopieur : (514) 442-3329

«En Coeur» l'Association québécoise pour les enfants malades du coeur 3035, chemin de la Côte-Sainte-Catherine Montréal (Québec) H3T 1C4



Objectifs

Améliorer, par le soutien, et la recherche, le bien-être des milliers d'enfants québécois cardiaques. Dans ce but, «En Coeur» veut :

- faciliter le traitement et la réadaptation de l'enfant ;
- favoriser le dialogue entre les parents, les enfants et le personnel médical ;
- offrir aux bénéficiaires un soutien constant à tous les échelons: médical, social et psychologique;
- mieux faire connaître la maladie cardiaque infantile auprès du public en général ;
- se doter de ressources humaines, financières et matérielles adéquates.

Ailleurs au Québec



Québec

Mauricie-Bois-Francs

Sainte-Foy

Téléphone: (418) 654-2270

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 377-0432

Cholestaction Québec Inc.

465, boulevard René-Lévesque Ouest 3e étage

Montréal (Québec) H2Z 1A8

Services offerts

Donner de l'information sur le cholestérol.



Téléphone : (514) 871-1551 Télécopieur: (514) 781-1464

95 • • •

es maladies du foie

Description

n a dénombré plus d'une centaine de maladies du foie qui touchent 1 Canadien sur 12. Les plus connues sont le cancer, les calculs biliaires, l'hépatite virale (inflammation du foie), l'hépatite chronique (destruction du tissu du foie), la cirrhose, la cirrhose biliaire primitive (destruction des petits canaux biliaires), l'hémochromatose (excès de fer dans l'organisme) et les maladies liées à l'alcool.

Symptômes

Les principaux symptômes sont la coloration jaune de la peau et des yeux, l'apparition d'urines très foncées et de selles pâles, des saignements abdominaux, des démangeaisons prolongées de la peau, une fatigue chronique, des nausées, une perte d'appétit, du sang dans les selles, des selles noires ou des vomissements de sang ainsi que des douleurs intenses et prolongées à l'abdomen.

Causes

Parmi les principales causes on note : les virus, l'alcool, l'hérédité et la présence de produits toxiques dans l'environnement.

Traitements

Il existe un traitement contre l'hépatite B et l'hépatite C. Dans le cas d'une cirrhose, un régime sans alcool et un traitement médical suffisent souvent à guérir le malade. Pour les autres maladies, une médication appropriée et un régime diététique peuvent aider. En dernier recours, une greffe du foie peut sauver la vie du malade.

Associations et organismes

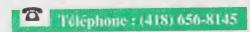
 Fondation canadienne du foie Section de Montréal

264, boulevard René-Lévesque Est, bureau R-12 Montréal (Québec) H2X 1P1

Section de Québec à Sainte-Foy

Bureau national à Toronto (Ontario)

Téléphone : (514) 284-2153 Télécopieur: (514) 281-2492



Téléphone : (416) 964-1953 Sans frais : 1 800 563-5483 Télécopieur: (416) 964-0024

Objectif

La Fondation vise à soutenir la recherche et à éduquer sur les causes, le diagnostic et la prévention des maladies du foie.

Services offerts

- Groupes de soutien.
- ° Documentation et éducation (Guide d'animation et vidéo-cassette sur l'hépatite B).

es maladies du rein

Description

es reins de l'homme ont plusieurs fonctions dont celle d'éliminer des substances que l'organisme ne peut utiliser. En plus de ces déchets du métabolisme, les reins éliminent aussi des toxines et des médicaments. Quand les reins ne fonctionnent plus, ces substances s'accumulent dans le corps.

Les principales maladies du rein sont les calculs rénaux, les infections des voies urinaires, les reins polykystiques, l'insuffisance rénale (moins de 15 % de la fonction rénale), et la néphrose.

Symptômes

Bien que chaque maladie des reins se manifeste par des signes spécifiques, certains symptômes leur sont communs : difficulté à uriner, douleur dans le bas du ventre ou du dos, fréquents besoins d'uriner, sang dans l'urine, sentiment de brûlure au moment d'uriner, urine trouble ou malodorante, fièvre, frissons et faiblesse, infections récurrentes, enflure aux yeux, aux mains et aux pieds (oedème), réduction de la tolérance à l'effort.

Causes

Les principales causes des diverses maladies du rein sont des **infections rénales persistantes** ou la formation de cristaux dans l'urine (calculs), des **bactéries** provenant souvent de l'intestin (infections des voies urinaires), l'hérédité, la perte anormale de protéines dans l'urine (néphrose), le **diabète** et l'hypertension artérielle.

Traitements

Le traitement de base est de **boire beaucoup d'eau**, de suivre un régime alimentaire strict et de prendre un médicament (antibiotique, stéroïdes ou dissolvant de calcul). Un traitement aux ondes de choc ou une intervention chirurgicale bénigne peuvent aussi être requis. Dans les cas de reins polykystiques ou d'insuffisance rénale, la dialyse péritonéale, l'hémodialyse ou la greffe sont souvent les seuls traitements efficaces.

État de la recherche

Les recherches sur les maladies du rein sont de plus en plus avancées. En effet, les greffes réussissent à plus de 85 %; on a mis au point d'excellents médicaments (dont les anti-rejets et l'Eprex qui remplace l'érythropoïétine) et un nouveau cycleur portatif permet l'auto-dialyse pendant le sommeil.

es maladies du rein

Associations et organismes

 La Fondation canadienne du rein Siège social
 5160, boulevard Décarie, bureau 780 Montréal (Québec) H3X 2H9

> Succursale du Québec 2300, boulevard René-Lévesque Ouest Montréal (Québec) H3H 2R5

Téléphone : (514) 369-4806 Télécopieur: (514) 369-2472

Téléphone : (514) 938-4515 Télécopieur: (514) 938-4757

Objectifs

La Fondation canadienne du rein est un organisme bénévole national voué à l'amélioration de la santé et de la qualité de vie des personnes ayant une maladie du rein. Elle a comme mandat de :

- financer des recherches et des activités éducatives reliées aux maladies du rein ;
- offrir des services qui répondent aux besoins spéciaux des personnes ayant une maladie du rein ;
- sensibiliser et encourager activement le public au don d'organes.

Services offerts

- · Aide financière aux malades.
- Bulletin d'information.
- · Centre de documentation.
- Colloques et journées d'information.
- Groupes d'entraide.

- Bracelets d'identification médicale.
- Camps pour les familles (dialyse sur place).
- Cliniques de dépistage.
- Comité des services aux patients.
- Prêts-voyages.
- Association générale des insuffisants rénaux 10 671, boulevard Saint-Michel Montréal-Nord (Québec) H1H 5H5



Objectifs

• Favoriser le groupement de personnes souffrant de maladies rénales, traitées par hémodialyse à long terme, ayant vécu une transplantation rénale ou toutes autres personnes qui le désirent.

es maladies du rein

- Favoriser l'amélioration du sort et de la vie des personnes souffrant d'insuffisance rénale en établissant un réseau de communication entre ces personnes, de façon à faire circuler toute information de nature à améliorer la vie de ces personnes.
- Représenter des personnes auprès des centres hospitaliers, des administrations et de tout autre organisme.
- Favoriser la réinsertion sociale de ces personnes en organisant des rencontres, des activités socio-culturelles et toute autre forme de loisir.
- Revendiquer, auprès des organismes publics et parapublics, des services répondant adéquatement aux besoins de ses membres.

Ailleurs au Québec



Association générale des insuffisants rénaux

Québec

Sainte-Foy

Téléphone : (418) 683-1449 Télécopieur: (418) 683-7079 Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 770-7346 Télécopieur: (819) 770-7346

Montérégie

Valleyfield

Téléphone : (514) 373-1800 Télécopieur: (514) 373-2614



Description

u Québec, on estime à plus de 700 000 le nombre de personnes qui souffrent d'asthme, de bronchite chronique, de cancer du poumon, d'emphysème, de fibrose pulmonaire et de pneumonie, sans oublier la tuberculose et le syndrome d'hyperventilation.

Causes

Elles sont différentes selon les maladies. Pour l'asthme, il faut considérer les allergies, les virus, l'effort physique, les changements de température, le tabac, les émotions, etc.

Pour l'emphysème et la bronchite chronique, la cause la plus fréquente est l'usage du tabac tandis que la tuberculose est causée par une bactérie.

Traitements

Différents selon les maladies, on peut retrouver des bronchodilatateurs, des antiinflammatoires, des antibiotiques, etc.

État actuel de la recherche

La recherche sur les différentes maladies respiratoires est très active, ce qui permet d'améliorer la qualité de vie des personnes souffrant de maladies pulmonaires.

Associations et organismes

◆ L'Association pulmonaire du Québec 4837, rue Boyer, bureau 100 Montréal (Québec) H2J 3E6



Objectifs

L'Association s'est donnée comme mission d'informer le public, de financer la recherche et de venir en aide aux personnes qui souffrent de maladies respiratoires.

Elle regroupe des spécialistes de la santé ainsi que des personnes du grand public qui oeuvrent bénévolement au sein d'une des quatre sections ainsi réparties :

- des infirmières spécialisées en santé respiratoire ;
- des pneumologues faisant partie de la Société de thoracologie du Québec, désireux de parfaire leurs connaissances et de contribuer à la recherche sur l'une des plus importante problématique de santé que confronte la science ;
- des professionnels de toutes les disciplines gravitant autour de la santé respiratoire ;
- les personnes atteintes de maladies respiratoires ainsi que les personnes qui s'intéressent à leur qualité de vie (INFO-AIR).

es maladies respiratoires

Services offerts

Information:

- · Conférences, colloques, atelier, ligne d'écoute.
- · Camps de vacances éducatifs (enfants, adultes).
- Centre de documentation sur toute maladie respiratoire.
- Informations diffusées dans les écoles, garderies, foyers, hôpitaux.

Aide:

- Ligne d'écoute (soutien moral).
- Organisations de loisirs.
- Démarches auprès des professionnels de la santé.
- Mise sur pied et soutien de regroupements locaux.
- Échanges avec d'autres organismes.

Ailleurs au Québec



L'Association pulmonaire du Québec

Bas-Saint-Laurent

Matane

Résidence : (418) 562-3703 Bureau : (418) 562-3135,

poste 2219

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Résidence : (418) 693-9070 Bureau : (418) 696-9980

Jonquière

Résidence : (418) 548-1650 Bureau : (418) 696-9980

Québec

Sillery

Résidence : (418) 527-8301 Bureau : (418) 691-7459

Québec

Résidence: (418) 687-9989

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Résidence : (819) 372-0796 Bureau : (819) 379-8031

Cap-de-la-Madeleine

Résidence : (819) 373-7057 Bureau : (819) 379-0000

Estrie

Rock Forest

Résidence : (819) 864-6761 Bureau : (819) 822-6715

Bromptonville

Résidence : (819) 846-3597 Bureau : (819) 563-5555

Abitibi-Témiscamingue

Val d'Or

Téléphone: (819) 874-3497 Résidence: (819) 825-6403 Bureau: (819) 825-6711

Chaudière-Appalaches

Saint-Georges-de-Beauce

Résidence : (418) 227-1317 Bureau : (418) 228-2013

Lanaudière

Repentigny

Téléphone: (514) 585-0076

Le Gardeur

Résidence : (514) 582-0225 Bureau : (514) 881-3776

Montérégie

Boucherville

Résidence : (514) 655-9923 Bureau : (514) 891-6974

Granby

Résidence : (514) 372-2881 Bureau : (514) 375-7653

Saint-Hubert

Résidence : (514) 676-2910

Longueuil

Résidence : (514) 646-3829

Saint-Hyacinthe

Résidence : (514) 778-8987 Bureau : (514) 771-3251

La Présentation

Téléphone: (514) 796-3081

es maladies thyroïdiennes

Description

u'est-ce que la thyroïde? C'est une petite glande située à la base du cou. Les hormones qu'elle sécrète sont essentielles à la croissance et au métabolisme. Elle est régulatrice de toutes les fonctions de l'organisme.

Les deux formes de troubles thyroïdiens les plus fréquentes sont l'hypothyroïdie et l'hyperthyroïdie.

L'hypothyroïdie (fonctionnement insuffisant de la thyroïde) provoque certains des symptômes suivants : battements cardiaques faibles et lents, faiblesse musculaire et fatigue constante, sensibilité au froid, gonflement et épaississement de la peau, facultés mentales ralenties et mémoire affaiblie, constipation et apparition d'un goître.

L'hyperthyroïdie (fonctionnement excessif de la thyroïde) provoque certains des symptômes suivants : battements cardiaques rapides et exagérés, tremblement, faiblesse musculaire, amaigrissement malgré un appétit accru, agitation, anxiété et insomnie, transpiration abondante et intolérance à la chaleur, diarrhée, changements aux yeux et apparition d'un goître.

Les effets sur le psychisme

Les malades et leurs proches ont tout intérêt à savoir que les maladies thyroïdiennes peuvent entraîner des désordres émotifs. Souvent les hyperthyroïdiens éprouvent une nervosité ou une irritabilité inhabituelle. Chez les hypothyroïdiens, ce peut être une fatigue ou une dépression inaccoutumée. Cependant, ces perturbations disparaissent graduellement avec le traitement.

Traitement

Il existe des traitements efficaces contre la plupart des troubles thyroïdiens.

État actuel de la recherche

Les causes profondes des troubles thyroïdiens restent encore en grande partie inconnues

Associations et organismes

◆ La Fondation canadienne de la Thyroïde C. P. 742 Succursale B Montréal (Québec) H3B 3K3





 La Fondation canadienne de la Thyroïde 1040, chemin Gardiners, bureau C Kingston (Ontario) K7P 1R7



Objectifs

- Fournir un soutien moral aux malades et à leurs proches.
- Éveiller la curiosité du public et l'éclairer au sujet des maladies thyroïdiennes.
- Aider à réunir des fonds pour la recherche sur les maladies thyroïdiennes.

Services offerts

- Série de brochures sur les affections thyroïdiennes.
- Un bulletin trimestriel de nouvelles, « *Thyrobulletin* », à la fine pointe de l'actualité en matière de maladie thyroïdienne et qui comporte aussi des renseignements sur les activités destinées aux membres.
- Des séances d'information gratuites sur diverses facettes des maladies thyroïdiennes, sont offertes à l'intention des membres et de la population. Elles se tiennent à l'Hôpital général de Montréal. Pour plus d'informations sur l'heure, la date et le sujet, composez le (514) 482-5266.





Les maladies tropicales les plus couramment «importées» au Canada sont le paludisme (ou malaria) et l'hépatite A.

Le paludisme (malaria)

Le paludisme est le fléau tropical le plus meurtrier : plus de 2 milliards de personnes sont menacées dans le monde et près de 3 millions d'entre elles meurent chaque année. Au Québec, on dénombre moins de 5 cas par mois.

Description

Véhiculés par la femelle du moustique anophèle, les parasites du genre plasmodium sont transmis à l'homme. Lorsqu'ils atteignent les cellulles du foie, un cycle complexe de transformation leur permet de pénétrer dans quelques globules rouges, provoquant un accès de fièvre. Les cellules sanguines éclatent alors et libèrent les parasites dans le sang. La forme la plus dangereuse se manifeste par une infection qui détruit assez rapidement les globules rouges, ce qui entraîne le blocages des vaisseaux sanguins et des reins.

Symptômes et traitement

Les symptômes sont la fièvre, des courbatures et des frissons et on peut traiter le paludisme par divers médicaments.

Prévention

Les personnes prévoyant effectuer des voyages dans les pays du sud devraient consulter les cliniques de santé-voyages (dans les hôpitaux) avant de partir.

L'hépatite A

C'est une maladie causée par un virus présent dans l'eau contaminée et les aliments de certains pays du sud.

Symptômes

Très grande fatigue, teint jaune, problèmes digestifs. Le seul traitement est le repos.

Prévention

Consulter les cliniques santé-voyages avant de partir vers des destinations-soleil.

Renseignements

Dans la région de Montréal, les centres spécialisés dans les maladies tropicales sont :

Hôtel-Dieu de Montréal

Téléphone : (514) 843-2611

♦ Hôpital général de Montréal

Téléphone : (514) 934-8049

En région, consultez l'hôpital ou le CLSC le plus près de votre domicile.



Les fissures labio-palatines (fentes dans la lèvre et/ou le palais)

e sont des déformations congénitales de la lèvre, du nez ou du palais. De degré variable, elles sont unilatérales ou bilatérales et il peut y avoir des atteintes au niveau du palais.

Ces malformations peuvent occasionner divers problèmes fonctionnels, surtout si le palais est touché :

- de la difficulté à s'alimenter et à prendre du poids ;
- des otites ;
- des difficultés à parler;
- des problèmes de dentition.

Traitement

Prise en charge par une équipe multi-disciplinaire, composée des spécialistes suivants : chirurgien plastique, pédiatre, orthophoniste, orthodontiste, psychologue, oto-rhinolaryngologiste (ORL), audiologiste.

- Réparation chirurgicale des structures malformées :
 - Correction de la lèvre.
 - Correction du palais.
 - Autres corrections au besoin (chirurgie des mâchoires, s'il y a un problème de malocclusion dentaire, et autres chirurgies correctrices esthétiques).

Renseignements

Au Québec, les centres spécialisés pour les fissures labio-palatines, sont à Montréal :

 Hôpital de Montréal pour enfants Clinique de fissure labio-palatine 2300, rue Tupper Montréal (Québec) H3H 1T3



Hôpital Sainte-Justine
 Clinique de fissure labio-palatine
 3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
 Montréal (Québec) H3T 1C5

Téléphone : (514) 345-4918 Télécopieur: (514) 345-4897

es malformations crânio-faciales

Les déformations du visage et du crâne

Il existe de multiples déformations du visage et du crâne, dont l'origine peut être congénitale, traumatique (accident) ou tumorale.

Le centre provincial pour le traitement des malformations crânio-faciales comprend une équipe multi-disciplinaire, qui s'occupe beaucoup des jeunes patients et de leurs parents dès la première visite. Cette équipe est formée de 2 chirurgiens plastiques, d'une infirmière coordonnatrice, d'un orthodontiste, d'un orthophoniste, d'un ophtalmologiste, d'un neurochirurgien, d'un oto-rhino-laryngologiste (ORL), d'un audiologiste, d'un généticien, d'une travailleuse sociale et d'un psychologue.

Traitement

Il dépend de la pathologie en cause, mais il est surtout d'ordre chirurgical.

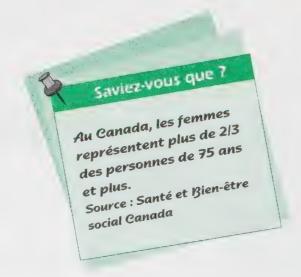
Les patients sont en grande partie satisfaits de leur prise en charge et des résultats postreconstruction.

Renseignements

Le seul centre hospitalier spécialisé du Québec se trouve à Montréal :

Hôpital Sainte-Justine
 Clinique de chirurgie crânio-faciale
 3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
 Montréal (Québec) H3T 1C5





a méningite à méningocoques

Description

e terme de méningite désigne toutes les inflammations aiguës ou chroniques des méninges cérébrales ou de la moelle (osseuse ou épinière), causées soit par une infection microbienne (méningocoque), soit par une intoxication.

Parmi les cinq grands groupes de méningocoques causant l'infection chez les humains, le groupe C est le plus courant au Canada, tout en restant rare : environ 400 cas par année ; 80 à 90 % des gens se rétablissent rapidement après une antibiothérapie.

Les enfants entre 2 et 4 ans sont plus susceptibles d'être atteints que les adultes.

Au Canada, 78 % des cas déclarés de méningites surviennent chez des personnes de moins de 19 ans. L'augmentation du nombre de cas de méningite au cours des dernières années est en partie imputable à l'amélioration du système de surveillance et de déclaration (Santé et Bien-être social Canada) et non pas à l'augmentation du nombre de cas.

Symptômes

Toutes les formes de méningite présentent comme caractères communs : la fièvre, la céphalée, des troubles moteurs, des phénomènes psychiques et des troubles vasomoteurs.

Traitement

Lorsqu'un médecin soupçonne qu'une personne souffre d'une méningite à méningocoques, il prélève des échantillons de sang ou de liquide céphalo-rachidien. En attendant les résultats de l'analyse, le patient est traité avec des antibiotiques.

Il existe des vaccins conférant une immunité contre les méningocoques du groupe C. Malheureusement, le vaccin s'avère peu efficace chez les enfants de moins de 2 ans. Cependant, des campagnes de vaccination ont été menées dernièrement dans certaines provinces du Canada.

La déclaration de tous les cas est obligatoire au Canada.

Renseignements

Votre hôpital est en mesure de vous donner l'information souhaitée.

es migraines et céphalées

Description

aladie invalidante très répandue au Québec. En effet, environ un million de Québécois (deux fois plus de femmes que d'hommes) sont touchés par la migraine.

La migraine est une réaction anormale et périodique du cerveau qui perturbe le sytème nerveux central. Elle se caractérise par des maux de tête généralement unilatéraux, souvent décrits comme des élancements ou par une douleur pulsatile loçalisée à gauche ou à droite de la tête. Elle s'accompagne la plupart du temps de nausées ou de vomissements ainsi que d'une extrême sensibilité à la lumière et au bruit.

Causes de la migraine

Les vaisseaux sanguins se modifient et passent de l'état normal à l'état de dilatation et d'inflammation. Le taux de sérotonine (une petite molécule présente dans la plupart des tissus où elle intervient comme médiateur chimique) fluctue dans différents tissus et occasionne une vasodilatation crânienne. Les facteurs qui déclenchent la migraine sont d'ordres alimentaire, psychologique, hormonal et physicochimique.

Traitements

Il existe de nouveaux médicaments capables de soulager des centaines de milliers de Québécois qui souffrent de migraine. Ces médicaments, combinés à diverses thérapies non-médicamenteuses (la thérapie comportementale, les techniques de relaxation, la massothérapie, la rétroaction biologique et bien d'autres encore) peuvent aider les gens à améliorer leur qualité de vie et à apprivoiser cette maladie.

Association

Fondation québécoise de la migraine et des céphalées
3587, avenue Papineau
Montréal (Québec) H2K 4J7



Objectif

La Fondation a pour mission de venir en aide aux personnes souffrant de maux de tête, de promouvoir leurs droits, de sensibiliser la population à la cause des personnes atteintes et d'amasser des fonds destinés à la recherche médicale.

- Ligne d'écoute.
- · Cassette-vidéo de sensibilisation.
- * Centre de documentation.
- Ligne téléphonique sans frais.
- Bulletin d'information.
- Groupes d'entraide.

Description

es MTS sont des infections causées par des bactéries, des virus ou d'autres microorganismes. Elles sont transmises lors de relations sexuelles avec une personne infectée. Le diagnostic d'une de ces infections peut signifier la présence d'autres maladies.

Les plus graves sont le sida, la chlamydia, le virus du papillome humain (VPH), la gonorrhée ou blennorragie, l'hépatite B, l'herpès et la syphilis. La salpingite aiguë, ou pelvipéritonite, constitue une sérieuse complication de certaines maladies transmises sexuellement chez les femmes.

Nous avons traité le SIDA individuellement et vous pouvez le consulter à la lettre «S» de ce chapitre.

La chlamydia

C'est la plus répandue des MTS au Canada. Elle est causée par une bactérie infectant l'urètre chez l'homme et le col de l'utérus chez la femme. La plupart des femmes et des hommes infectés n'ont aucun symptôme. Chez la femme, la bactérie peut se répandre et donner lieu à une salpingite aiguë provoquant des douleurs pelviennes chroniques, la stérilité ou une grossesse extra-utérine. Cette infection se traite à l'aide d'antibiotiques.

Le virus du papillome humain (VPH)

Le VPH provoque des condylomes (petites tumeurs inflammatoires) localisés sur les parties génitales et l'anus, lesquels entraînent des douleurs lors des relations sexuelles, de la miction ou de la défécation.

Le traitement peut comprendre l'application de podophyllin, la cryochirurgie à l'azote, ou parfois l'ablation chirurgicale ou la chirurgie au laser. Certains types de VPH sont fortement associés au cancer du col de l'utérus. Pour assurer le dépistage, il est essentiel de prévoir des frottis vaginaux réguliers.

La gonorrhée ou la blennorragie

La gonorrhée est causée par une bactérie qui infecte l'urètre chez l'homme et le col de l'utérus ou l'urètre chez la femme. Les symptômes sont un écoulement du vagin ou de l'urètre et une douleur ou une sensation de brûlure lors de la miction. La complication la plus fréquente et la plus sérieuse, la salpingite aiguë, apparaît chez la femme et peut provoquer des douleurs pelviennes chroniques, la stérilité ou une grossesse extrautérine. Cette bactérie résistant maintenant à la pénicilline, on a donc recours à d'autres antibiotiques pour le traitement.

L'herpès génital

L'herpès est causé par un virus. Le virus de type 1 provoque des boutons de fièvre autour de la bouche. Le virus de type 2 est celui qui provoque généralement l'herpès génital. Le virus est transmis lors d'un contact direct, de relations sexuelles ou d'un

contact orogénital, par les pores minuscules de la peau ou des membranes muqueuses. Lors d'une crise, les symptômes débutent par une sensation de picotement ou de brûlure dans la région infectée. De petites ampoules font leur apparition. Elles éclatent et se transforment en ulcères douloureux, peu profonds et qui guérissent d'eux-mêmes. Cependant, l'infection demeure et les symptômes peuvent réapparaître.

Il existe un médicament pour traiter l'herpès, mais pas pour le guérir.

L'hépatite B

L'hépatite B est une infection virale du foie transmise par le sperme, le sang et la salive infectés. Cette transmission peut aussi se faire lors du partage d'aiguilles, de seringues, de rasoirs ou de brosse à dents. La personne infectée peut ne présenter aucun symptôme, mais éprouver de la fatigue, de la fièvre, des douleurs abdominales, des nausées et vomissements et un manque d'appétit. Environ un quart des personnes atteintes d'hépatite B sont atteintes de jaunisse car le foie est incapable d'évacuer l'excès de pigments biliaires dans le sang.

Il n'y a pas de traitement particulier pour l'hépatite B, sauf du repos et une alimentation équilibrée. De 6 à 10 % des adultes atteints deviennent porteurs chroniques et répandent la maladie s'ils n'adoptent pas des mesures préventives. Vingt-cinq pour cent de ces porteurs chroniques développent des affections permanentes du foie telles l'hépatite chronique, la cirrhose ou le cancer.

Il existe un vaccin contre l'hépatite B; au Canada, on propose d'immuniser tous les nouveaux-nés et les adolescents et on considère que toutes les femmes enceintes devraient faire l'objet d'un dépistage systématique du virus.

La syphilis

La syphilis est une **infection bactérienne** transmise par relations sexuelles avec une personne atteinte. Les symptômes se manifestent selon trois étapes :

- *Ire étape*: environ 3 semaines après l'infection, il y a apparition de petites plaies indolores et isolées, les chancres, qui disparaissent sans traitement; cependant, l'infection demeure.
- 2e étape : entre 1 et 6 mois après l'infection, il y a apparition d'éruptions sur les mains et les pieds, des plaies à la bouche, des ganglions lymphatiques élargis et une perte de cheveux en clairière.
- 3e étape : entre 2 et 40 ans après l'infection, peuvent apparaître la cécité, la paralysie, la surdité, ainsi que des maladies du cerveau et du coeur.

Le traitement de la syphilis se fait à l'aide de la pénicilline.

La syphilis peut être transmise au foetus pendant la grossesse. Les femmes enceintes chez qui la syphilis est diagnostiquée peuvent être traitées avec succès et leurs bébés être parfaitement normaux.

La salpingite aiguë

La salpingite aiguë, ou **pelvipéritonite**, est une inflammation aiguë ou chronique des **trompes de Fallope** ou des ovaires causée par une infection, souvent la chlamydia ou la gonorrhée; les trompes enflammées se guérissent en créant un tissu cicatriciel qui les réduit ou les tord, les obstruant parfois totalement, ce qui peut bloquer le passage du sperme ou provoquer une grossesse extra-utérine (ce type de grossesse constitue une urgence médicale car lorsque l'ovule grossit, il peut provoquer la rupture des trompes et une hémorragie interne pouvant être fatale).

Les symptômes de la salpingite aiguë, s'ils sont présents, sont des douleurs dans le bas de l'abdomen, de la fièvre, des relations sexuelles douloureuses et des troubles menstruels. Le traitement se fait souvent à l'hopital à l'aide d'antibiotiques.

Associations et organismes

Clinique Médicale l'Actuel
 1001, boulevard de Maisonneuve Est, bureau 1130
 Montréal (Québec) H2L 4P9



Services offerts

Les services offerts comprennent toute une gamme de services, qui vont du dépistage au suivi et au traitement des personnes infectées par le VIH-SIDA (à l'externe, à domicile) :

- prélèvements sanguins et laboratoire sur place ;
- planning familial;
- soutien psychosocial aux personnes infectées par le VIH et leurs proches ;
- évaluation oto-rhino-laryngologique et dermatologique ;
- enseignement médical auprès des médecins pré et post gradués et du personnel infirmier :
- enseignement dans la communauté de la réalité des MTS et du SIDA ;
- publication du journal « Contactuel » ;
- suivi des personnes incarcérées dans les prisons et qui sont infectées par le VIH;
- organisation de congrès internationaux sur la prise en charge extra-hospitalière des personnes vivant avec le VIH-SIDA.
- ◆ CRISS (Centre de ressources et d'interventions en santé et sexualité) 5339, boulevard Saint-Michel Montréal (Québec) H1Y 2C8





Objectifs

- Favoriser, par tous les moyens possibles, la santé globale, la santé sexuelle et les connaissances concernant les MTS et le VIH-SIDA.
- Structurer et mettre sur pied, en collaboration et/ou en concertation avec d'autres organismes, des mécanismes d'intervention et de soutien dans le but d'améliorer la santé et/ou les conditions de vie des populations cibles.
- Faire de la prévention, tant primaire que secondaire, du VIH-SIDA et des différentes MTS.
- Favoriser les regroupements de populations cibles vivant avec le VIH ou autres MTS afin de répondre le plus adéquatement possible à leurs besoins.

Services offerts

Service Positivement Femmes

Son mandat est de rejoindre et de réunir les femmes québécoises séropositives et de leur assurer une meilleure intégration dans la société, ainsi que du soutien, de l'écoute, grâce à une ligne téléphonique sans frais.

Renseignements



Service SIDA Femmes

Écoute et soutien psychosocial et psychosexuel, informations (mises à jour) spécifiques aux femmes sur la santé globale et la sexualité, orientation vers les ressources existantes du milieu.

Service Impacts

Promotion de la santé globale et surtout de la santé sexuelle grâce à la conception, la planification et la mise sur pied de programmes novateurs de formation d'intervenants et de bénévoles impliqués dans la multi-problématique du VIH/SIDA et des MTS.

Service Herpès - MTS

Soutien et éducation en matière de MTS et, spécifiquement, d'herpès. Ce service communautaire est le seul à Montréal.

Renseignements



Autres services offerts

- Groupe de rencontre et soutien individuel.
- Counselling psychosexuel et psychosocial.
- Ligne téléphonique d'écoute et d'orientation.
- Éducation et information.

Description

es gens atteints de cette anomalie osseuse ont une taille nettement inférieure à la moyenne (en général, moins de 4'8" à l'âge adulte). Le nanisme est causé par différentes affections : rénales ou digestives, troubles de l'ossification ou métaboliques, insuffisance thyroïdienne, hypophysaire ou ovarienne, etc.

Au Québec, il y a environ 3500 personnes de petite taille. Outre de nombreux problèmes reliés au fait d'être de petite taille dans une société comme la nôtre, les maladies causant le nanisme peuvent amener des complications médicales qui se traduiront par des limitations fonctionnelles plus ou moins sévères.

Causes

Au Québec, on répertorie environ une centaine de maladies causant un retard significatif de croissance. La plus fréquente est l'achondroplasie (défaut dans le cartilage de conjugaison, responsable de la croissance en longueur des os longs) mais d'autres maladies sont courantes (comme le syndrome de Morquio, l'ostéogénèse imparfaite, le syndrome de Turner, l'insuffisance rénale, etc.).

La transmission des maladies causant le nanisme est habituellement génétique, soit par mode dominant (un seul gène défectueux est requis ; un des deux parents a la maladie), soit par mode récessif (les parents sont porteurs ; l'enfant doit recevoir deux gènes défectueux) ou bien par mutation génétique (les parents ne sont pas porteurs et n'ont pas la maladie : des erreurs surviennent spontanément dans les chromosomes et la raison en est le plus souvent inconnue).

Traitements

Les personnes de petite taille doivent porter une attention particulière à leur alimentation afin de ne pas apporter une charge supplémentaire à leurs os et à leurs articulations. L'activité physique est donc très importante.

Selon le type de nanisme, on pourra administrer des hormones de croissance, recourir à une chirurgie corrective ou orthopédique, procéder à une greffe de rein ou de moelle osseuse.

État de la recherche

Le nanisme n'est pas considéré comme une maladie grave. Par conséquent, on investit très peu d'argent dans la recherche.



Associations et organismes

Association québécoise des personnes de petite taille Bureau provincial 1251, rue Robin Montréal (Québec) H2L 1W8

Téléphone : (514) 521-9671

Bureau régional Laval - Laurentides - Lanaudière 695, rue Henri-Chalin, appartement 40 Joliette (Québec) J6E 7L3



Objectif

La mission de l'Association québécoise des personnes de petite taille est de défendre les droits de ses membres, de leur fournir un appui psychologique, de les aider à s'intégrer à l'école ou dans le milieu de travail et de sensibiliser la population afin d'éliminer les préjugés.

- Conférences, ateliers de formation.
- Visites en centre hospitalier.
- Activités sociales et récréatives.
- Document audiovisuel.

- Cafés-rencontres.
- Bulletin d'information.
- Centre de documentation.

sa narcolepsie

Description

a narcolepsie est une perturbation majeure du sommeil. Ce dérèglement se manifeste par des symptômes tels que la perte de vigilance et des accès soudains de sommeil, avec parfois des effets secondaires ennuyeux. La mémoire et la dextérité sont aussi affectées. Ces accès de sommeil sournois créent chez l'individu atteint un comportement difficile à vivre. C'est une affection progressive et chronique qui provoque une invalidité permanente et dont les conséquences sociales et économiques sont graves. Les difficultés sont pires lorsque le malaise n'a pas été identifié et qu'il est accompagné de cataplexie (à 80 %).

La cataplexie est une perte sélective ou totale du tonus musculaire et survient lorsqu'une personne atteinte rit, pleure, se met en colère ou est irritée. La personne devient très sensible aux émotions. D'autres symptômes peuvent y être rattachés, tels les paralysies du sommeil, les hallucinations au moment de l'endormissement ou pendant l'éveil, ou encore les apnées (arrêts respiratoires).

La narcolepsie est une dysfonction neurologique qui s'attaque autant aux enfants qu'aux adultes. Une personne sur 1000 en est atteinte, c'est-à-dire environ 7000 personnes au Québec. Le plus inquiétant est le fait qu'il n'y ait que 250 personnes diagnostiquées et traitées!

Traitement

On traite maintenant la narcolepsie avec des médicaments comme le Modafinil et le Gamma OH (à titre expérimental). On prescrit aussi d'autres médications comme des stimulants, du genre amphétamines, qui donnent des résultats prometteurs mais dont les effets secondaires sont décourageants.

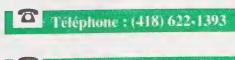
État actuel de la recherche

Les recherches s'intensifient pour découvrir l'origine de la narcolepsie. On sait déjà, par contre, que 99,5 % des personnes atteintes sont porteuses d'un marqueur génétique sur le 6e chromosome, le HLA-DR2.

Associations et organismes

Regroupement des Narcoleptiques du Québec
 Ville de Québec

Ville de Montréal 1100, Gervais, app. 318 Montréal (Québec) H1G 6C7





a narcolepsie

Pour connaître les personnes-ressources dans les régions suivantes, communiquez avec les responsables de Montréal ou de Québec :

• Buckingham;

• Granby;

• Laval;

Mont-Joli;

Rouyn-Noranda;
 Saint-Bruno;
 Sherbrooke;

· Val d'Or.

Objectif

Promouvoir les intérêts des personnes narcoleptiques afin d'obtenir une meilleure compréhension sociale et d'améliorer leur qualité de vie.

Services offerts

Soutien et assistance aux personnes atteintes de narcolepsie et d'autres déficiences reliées au sommeil.

Laboratoires du sommeil

Hôpital de Montréal pour enfants

Hôpital Notre-Dame, Montréal

Hôpital Royal-Victoria, Montréal

Hôpital du Sacré-Coeur, Montréal.

Téléphone : (514) 934-4321

Téléphone : (514) 876-6837

Téléphone : (514) 843-1568

Téléphone : (514) 338-2692

Saviez-vous que ?

La «bactérie mangeuse de chair» ne touche qu'une personne sur 1 million et dans 50 à 70 % des cas, les personnes s'en remettent. La plupart de ces infections graves se produisent entre octobre et mars.

Au Québec, cette maladie est à déclaration obligatoire aux

autorités sanitaires. Source : Santé et Bien-être social Canada

es obèses handicapés

Description

n appelle obèse handicapé (ou personne pathologiquement obèse) quiconque est limité dans ses activités quotidiennes et éprouve des difficultés psychologiques à cause de son poids, qui est le double du poids normal.

Association

Aide aux personnes obèses
 handicapées du Québec
 Centre de distribution d'aides techniques
 3800, rue Radisson, bureau 10
 Montréal (Québec) H1M 1X6



Objectif

La mission de l'organisme est de promouvoir et défendre les droits et les intérêts des personnes obèses handicapées et d'améliorer leur qualité de vie.

Il vise aussi à identifier leurs besoins spécifiques et à y apporter des solutions, particulièrement au niveau de l'aide technique (fauteuils roulants, pèse-personne, lits d'hôpitaux et autres accessoires adaptés).

- Centre de distribution d'aides techniques (le C.D.A.T. : matériel et équipement spéciaux pour les besoins des personnes pathologiquement obèses).
- · Centre de documentation.
- · Document audiovisuel.

ostéoporose '

Description

l'ostéoporose est une maladie provoquée par une perte de calcium dans les os, qui deviennent alors si poreux et fragiles qu'ils cassent facilement. Cette maladie touche une femme sur quatre après la ménopause et un homme sur 8. Au Canada, plus de 2 millions de personnes de plus de 50 ans en sont atteintes.

Facteurs de risque

Les principaux facteurs de risque sont le sexe (féminin), l'âge (50 ans et plus), la ménopause, l'ablation des ovaires avant 45 ans, le manque de calcium, le manque d'activité physique, l'hérédité, une petite ossature, la cigarette, la consommation de café (3 et plus par jour) ou d'alcool (2 consommations et plus par jour), et certains médicaments (stéroïdes, hormone thyroïdienne, anticoagulants, anticonvulsivants).

Symptômes

Bien qu'il soit difficile de dépister l'ostéoporose avant qu'il ne soit trop tard, elle envoie quelques signes : diminution de la taille de plus d'un pouce, dos voûté, épaules tombantes, bosse dans le dos, fracture du poignet, d'une côte ou de la hanche, ainsi que le mal de dos.

Traitements

On ne guérit pas encore l'ostéoporose mais une bonne alimentation, un apport en calcium suffisant et une activité physique régulière peuvent aider à améliorer la qualité de vie.

Il existe aussi plusieurs formes de traitement, approuvés ou à l'étude : l'hormonothérapie (hormone ovarienne après la ménopause), les diphosphonates (médicaments non hormonaux qui aident à augmenter la densité osseuse), la calcitonine (hormone qui aide à ralentir la perte osseuse et à réduire le mal de dos lié aux fractures de vertèbres), le fluorure de sodium (permet d'augmenter la masse osseuse), la progestérone sans oestrogène et les stéroïdes mâles.

Association

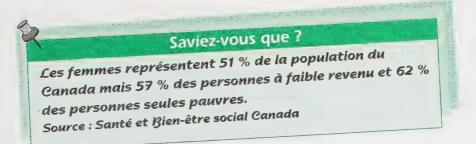
La Société de l'ostéoporose du Canada Section Québec 2170, avenue Lincoln, bureau 201 Montréal (Québec) H3H 2N5



Objectif

La Société a pour mission d'informer et de soutenir les personnes atteintes, de sensibiliser le public et les professionnels de la santé aux problèmes de l'ostéoporose, de favoriser la prévention et aussi d'encourager la recherche portant sur les causes, la prévention et le traitement.

- · Documentation sans frais:
 - «La ménopause démystifiée»
 - «Faire face à l'ostéoporose»
 - «Ostéoporose et vous»
 - « Calcium »
 - «Exercice».
- Documentation.
- Services de conférenciers.
- · Location ou vente de vidéocassettes.
- Test de dépistage.
- Bulletin aux médecins.
- Liste de médecins, diététistes, physiothérapeutes, etc.
- Groupes d'entraide et ateliers.
- Programme d'exercices.



la paralysie cérébrale

Description

a paralysie cérébrale est un état permanent se traduisant par un manque de contrôle des muscles à cause de la destruction accidentelle de certaines cellules du cerveau, avant, pendant ou après la naissance. Cette destruction affecte principalement la motricité, mais peut également affecter la vision, l'audition, la parole et parfois les fonctions intellectuelles.

Prévention

Avant la grossesse

• Procéder à des tests pour vérifier si toutes les immunisations nécessaires ont été reçues.

Durant la grossesse

- Éliminer les facteurs de risque d'infection, d'hypertension, de manque d'oxygène et d'accouchement prématuré.
- Éviter les drogues, le tabac, l'alcool et ne prendre des médicaments que sur prescription du médecin seulement.

Lors de l'accouchement

• Prévenir les complications de l'accouchement et prévoir si une intervention est nécessaire.

Après la naissance

- Prendre grand soin d'éviter les traumatismes à la tête pendant les premiers mois de la vie de l'enfant.
- Respecter le programme de vaccination de l'enfant.

Dépistage

- Observer si le bébé a des difficultés à téter.
- Observer s'il garde sa tête plus souvent d'un côté.
- Observer s'il pousse continuellement sa tête en arrière.
- · Observer s'il tient toujours ses poings fermés.
- Observer s'il garde le dos rond quand il est assis alors qu'il a atteint huit mois.
- Observer s'il marche constamment sur la pointe des pieds.
- Observer s'il traîne un pied en marchant.

Comment aider un enfant qui présente un ou plusieurs de ces problèmes ?

En s'adressant à un médecin de famille, à un pédiatre ou en consultant un physiothérapeute spécialisé en pédiatrie. Le psysiothérapeute évaluera les habiletés motrices de votre enfant. Il vous donnera les conseils appropriés et, au besoin, un programme de stimulation adapté à votre enfant.

a paralysie cérébrale

Associations et organismes

 L'Association de paralysie cérébrale du Québec inc.

Siège social 4810, rue de Rouen Montréal (Québec) H1V 3T4



Objectif

Organisme à but non lucratif, l'Association est vouée à la défense des droits des personnes atteintes de paralysie cérébrale. Elle regroupe des personnes atteintes de paralysie cérébrale ainsi que leurs parents et amis.

Services offerts

- Information-sensibilisation.
- Services de dépannage (ex. : transport, éducation, accompagnement, répit, stimulation précoce, alphabétisation, équipements spécialisés, etc.).
- Communication non orale.
- Défense des droits et recherche.

Le maintien de ces services est rendu possible grâce à la levée de fonds annuelle de l'Association, le « Téléthon de la paralysie cérébrale ».

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Téléphone : (418) 722-7233 Télécopieur: (418) 725-5438

Saguenay-Lac Saint-Jean

Téléphone : (418) 543-3282 Télécopieur: (418) 543-2096

Québec

Téléphone : (418) 529-3347 Télécopieur: (418) 529-2721

Mauricie-Bois-Francs

Téléphone : (819) 374-7616 Télécopieur: (819) 374-5064

Estrie

Téléphone : (819) 829-1144 Télécopieur: (819) 829-1121

Outaouais

Téléphone : (819) 771-3113 Télécopieur: (819) 771-4968

Abitibi-Témiscamingue

Téléphone : (819) 762-8116 Télécopieur: (819) 762-6848

Côte-Nord

Téléphone : (418) 766-3100 Télécopieur: (418) 766-6550

Chaudière-Appalaches

Téléphone : (418) 227-0151 Télécopieur: (418) 227-0151

Lanaudière

Téléphone : (514) 654-1266 Télécopieur: (514) 581-6885

Laurentides

Téléphone : (514) 431-3437 Télécopieur: (514) 431-3437

Montérégie

Téléphone : (514) 699-3770 Télécopieur: (514) 699-0930



es paraplégiques et quadriplégiques

Description

ne personne devient paraplégique ou quadriplégique à la suite d'une blessure médullaire (traumatisme à la moelle épinière). Cette lésion entraîne une paralysie partielle ou totale des membres inférieurs (paraplégie) ou des membres inférieurs et supérieurs (quadriplégie).

Traitements

À la suite d'une blessure médullaire, les médecins doivent agir rapidement pour réduire la progression des dommages dans les 8 heures suivant l'accident. Le blessé recevra, après l'hospitalisation, des soins de réadaptation (physiothérapie, ergothérapie, etc.).

État de la recherche

Parce qu'elle est le site ou l'origine de plusieurs affections, la moelle épinière fait l'objet de nombreuses recherches. Les spécialistes des blessures médullaires travaillent plus spécifiquement au niveau de la régénération et de la stimulation électrique fonctionnelle des neurones.

Association

 Association des paraplégiques du Québec 1415, rue Jarry Est, bureau 100 Montréal (Québec) H2E 1A7



Objectif

Le but premier de l'Association des paraplégiques du Québec est d'encourager l'autonomie et de favoriser l'intégration sociale et professionnelle des paraplégiques et des quadriplégiques. Elle les informe sur les ressources existantes, les soutient, défend leurs droits et leurs intérêts et sensibilise la population à leur problématique.

- * Service de main-d'oeuvre appelé «Mode d'Emploi» (Centre spécialisé de ressources humaines) : voir CHAPITRE 13 «LE TRAVAIL».
- · Conseillers en intégration, eux-mêmes blessés médullaire.
- Revue d'information «Paraquad».
- * Centre de documentation.

sa maladie de Parkinson

Description

l'est une maladie du système nerveux central résultant d'une carence en dopamine (élément chimique fabriqué par certaines cellules du cerveau qui gouvernent les mouvements du corps). Environ 80 000 personnes au Canada, dont 20 000 au Québec, souffrent de cette maladie qui n'est ni contagieuse ni considérée comme héréditaire. La cause exacte de la maladie n'est pas connue.

Symptômes

- Tremblements.
- Lenteur des mouvements.
- Instabilité posturale.

- Rigidité.
- Démarche anormale.

Traitements

- Une médication adéquate aide la personne atteinte à maintenir une vie active. Ces médicaments imitent les effets de la dopamine dans le cerveau ou contrôlent les premiers symptômes de la maladie.
- Programmes de réadaptation (physiothérapie, ergothérapie, orthophonie).
- Programmes d'exercice et alimentation adéquate.

État actuel de la recherche

Des nouvelles méthodes visant la maîtrise des symptômes, dont la chirurgie et de nouvelles thérapies, sont actuellement en cours de développement.

Association

 La Fondation canadienne du Parkinson Division québécoise
 225, avenue de la Présentation Dorval (Québec) H9S 3L7



Objectif

Dans le but de venir en aide au parkinsoniens, la Fondation s'efforce de faire progresser la recherche, de sensibiliser la population et d'offrir un appui aux patients de même qu'à ceux qui leur prodiguent des soins.

Services offerts

- Enseignement
- Groupes d'entraide.

- Information.
 - 1 1
- Recherche.

Activités sociales.



Description

Ja progeria est un vieillissement prématuré. On distingue deux types de progéria, tous deux extrêmement rares :

Le syndrome de Hutchison-Gilford

(Environ 1 personne sur 250 000 en est atteinte).

La sénéscence (vieillissement) commence vers 4 ans, et vers 10 ou 12 ans, l'enfant présente tous les aspects du grand âge : poils gris, calvitie, fonte graisseuse provoquant une maigreur des membres et un plissement de la peau sur le tronc et le visage, et des symptômes de dégénérescence interne (athérosclérose : dépôts graisseux dans les parois des artères) très étendus.

La mort survient à la puberté, par infarctus ou par accident cérébral vasculaire.

Le syndrome de Werner

(De 1 à 40 personnes sur 1 000 000, surtout dans les régions à forte consanguinité).

Le vieillissement commence chez l'adulte jeune et suit la même évolution rapide que la forme juvénile.

Causes

Les causes de cette maladie sont pour l'instant inconnues.

Traitement

Aucun traitement n'est disponible pour l'instant.

État de la recherche

La recherche en génétique avance dans le cas du **syndrome de Werner** et permettra de mieux comprendre certains des mécanismes normaux et pathologiques de l'âge.

Renseignements

Il n'existe pas d'association spécifique à cette maladie. Les hôpitaux de votre région sont en mesure de vous fournir des informations.

Description

a prostate est une petite glande située sous la vessie et entourant l'urètre, le canal qui conduit l'urine de la vessie à l'orifice du pénis. Les femmes n'ont pas de prostate.

Symptômes des maladies de la prostate

- Mictions plus fréquentes et douloureuses.
- · Réveils nocturnes pour uriner.
- Incapacité de retarder la miction.
- Sensation de ne pas vider complètement la vessie.
- · Retard du début de la miction.
- Jet d'urine faible et intermittent (par à-coups).
- Incontinence.
- Présence de sang dans l'urine.

Les trois maladies prostatiques courantes

L'hypertrophie bénigne de la prostate (HBP)

Augmentation non cancéreuse du volume de la prostate qui exerce une pression sur l'urètre et bloque le passage de l'urine, ce qui cause des problèmes de miction embarrassants. Elle affecte 80 % des hommes à l'âge de 80 ans. Les causes n'en sont pas connues, mais il semble que cette maladie soit reliée à des changements subtils dans la production d'hormones, à cause du vieillissement et peut-être aussi de l'alimentation.

Diagnostic

Le médecin peut déceler facilement l'HBP grâce au toucher rectal.

Traitement

Quand les symptômes deviennent très importants, le traitement consiste en une prostatectomie (on retire seulement la partie interne de la prostate responsable de l'obstruction). D'autres options sont à l'étude, notamment des médicaments provoquant une régression du volume de la prostate.

Le cancer de la prostate

C'est la forme de cancer la plus souvent diagnostiquée chez les Canadiens et la deuxième cause de décès attribuable au cancer (un Canadien sur dix sera atteint).

Il n'y a pas de symptôme au début mais, au fur et à mesure que la tumeur grossit, elle exerce une compression de l'urètre qui rend la miction difficile.

es maladies de la prostate

Diagostic

Le toucher rectal permet de détecter une bosse au niveau de la prostate. On effectue alors un dosage de l'antigène prostatique spécifique (APS) ; un taux élevé d'APS dans le sang suggère la présence d'un cancer de la prostate. Une biopsie est alors nécessaire et d'autres examens suivent pour déterminer s'il y a propagation des cellules cancéreuses.

Traitement

Radiothérapie et intervention chirurgicale. Cependant, comme le cancer de la prostate évolue très lentement chez les patients âgés, le traitement peut s'avérer inutile.

Détection précoce

Il est recommandé d'effectuer un toucher rectal et un dosage d'APS chez les hommes de 50 à 70 ans, particulièrement pour les hommes présentant des antécédents familiaux de cancer de la prostate (père ou frère).

La prostatite

La prostatite chronique ou aiguë d'origine bactérienne est provoquée par les mêmes bactéries qui sont responsables des infections rénales et de la vessie, tant chez l'homme que chez la femme. Elle peut être grave, causant des frissons, de la fièvre et de troubles de la miction (brûlures, difficultés à vider la vessie).

Diagnostic

Les symptômes orientent le diagnostic. On analyse l'urine pour déceler l'infection.

Traitement

Antibiothérapie. Si la prostatite est chronique, le traitement peut durer de 4 à 12 semaines. Si la prostatite n'est pas d'origine bactérienne, le traitement est plus difficile à déterminer. On peut cependant prescrire des antibiotiques, des modifications au régime alimentaire et des anti-inflammatoires.

Renseignements

Chez votre médecin, à votre hôpital ou par écrit au :

 ◆ Conseil canadien sur les maladies de la prostate C.P. 7600
 Pointe-Claire (Québec) H9R 4P8

Description

de plaques rouges et de squames blanchâtres sur la peau. Il apparaît le plus souvent sur le cuir chevelu, les coudes, les genoux, les ongles et parfois même sur toute la surface du corps. Il atteint autant les hommes que les femmes dans tous les âges.

Le psoriasis n'est ni contagieux, ni infectieux. Il ne s'agit pas non plus d'allergie. Le diagnostic officiel doit être établi par un dermatologue.

Causes

Les causes du psoriasis sont encore **méconnues**. Même si on ne peut désigner une cause bien précise, on peut toutefois parler de différents éléments qui affectent d'une façon variable les gens atteints de cette maladie : les facteurs d'hérédité, de stress, de fatigue, de surmenage, d'alimentation et certains facteurs à caractères psychologiques.

Traitements

Les traitements de base sont les **crèmes** et une médication parfois très puissante. La psychothérapie, l'acupuncture, l'homéopathie et l'option «naturel» peuvent également donner des résultats intéressants.

Association

Association Psoriaction
 4047, avenue Papineau
 Montréal (Québec) H2K 4K2



Objectif

Psoriaction est essentiellement un groupe de soutien. L'organisme est né du désir de venir en aide aux personnes psoriasiques en action dans leur quotidien. L'Association n'entend pas remplacer les intervenants qualifiés pour le traitement du psoriasis mais plutôt, par souci de complémentarité, d'aider les gens atteints et leur entourage à mieux vivre leur vie de tous les jours et ceci dans toutes les sphères d'activité.

- . Ateliers d'information.
- Service d'accueil et d'écoute.
- Écoute téléphonique.

- . Ateliers d'échange.
- . Conférences.
- Bulletin bimensuel «Info-Pso».
- Cours (relaxation, gestion du stress, imagerie mentale créatrice, etc.).

a rétinite pigmentaire

Description

la rétinite pigmentaire est un ensemble de maladies dégénératives de la rétine, cette membrane très mince située au fond de l'oeil et qui se compose de couches superposées de cellules nerveuses comprenant des cellules sensibles à la lumière (les cônes) et des cellules sensibles à l'obscurité (les bâtonnets). Ces cellules transmettent, par signaux électriques, les impressions visuelles au cerveau.

En bref, la rétinite pigmentaire est une dégénérescence des cônes et des bâtonnets. Elle est considérée comme une des causes les plus courantes de cécité chez les sujets âgés de 20 à 60 ans.

Symptômes

La plupart du temps, ce sont les bâtonnets, regroupés loin du centre de vision de la rétine, qui sont atteints les premiers. C'est pour cette raison que l'un des premiers symptômes est une cécité nocturne, suivie d'un rétrécissement concentrique du champ visuel qui ne laisse bientôt plus qu'un champ de vision centrale «tubulaire». Les cônes, quant à eux, sont situés au centre de la rétine. Losqu'ils sont affectés, la vision centrale devient embrouillée et la distinction des couleurs ne se fait plus.

Il existe plusieurs types de rétinite pigmentaire, chacune évoluant à un rythme particulier.

Causes

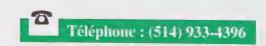
Dans la moitié des cas, la rétinite pigmentaire atteint les personnes sans qu'on puisse déceler un antécédent familial et la cause est toujours un mystère. Les autres cas sont héréditaires.

État de la recherche

Un certain nombre de découvertes importantes ont été faites ces dernières années. En effet, plusieurs gènes responsables de la rétinite pigmentaire ont été identifiés grâce à la recherche génétique.

Association

 Fondation RP - Pour la recherche sur les yeux Section Montréal et régions C.P. 368, Côte Saint-Luc Montréal (Québec) H4V 2Y5

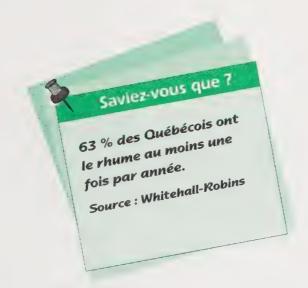


La rétinite pigmentaire

Objectif

La Fondation RP pour la recherche sur les yeux a été fondée en 1974 avec pour mandat de promouvoir et d'appuyer, par le biais de subventions et de dons, des recherches permettant de découvrir les causes de la rétinite pigmentaire et d'autres dégénérescences rétiniennes ainsi que des traitements curatifs.

- Communiqué périodique.
- Bulletins d'information.
- Cente d'information (plus de 200 documents).
- Soutien des membres atteints de RP : ligne téléphonique et liste des membres.



a sclérose en plaques

Description

l'est la maladie du système nerveux central la plus répandue chez les jeunes adultes du Canada. Au Canada, plus de 50 000 personnes en sont atteintes, dont **12 000 au Québec**. Elle agit en détruisant l'enveloppe qui entoure et protège les nerfs : la myéline . Les nerfs ne sont donc plus «isolés» adéquatement et il se produit des «courts-circuits».

Une poussée de la maladie peut survenir à n'importe quel moment. Une crise peut être suivie d'une rémission. L'état du malade peut même se stabiliser un certain temps, s'améliorer ou se détériorer.

Symptômes

- Troubles de coordination et de vision.
- Pertes d'équilibre.
- Extrême fatigabilité.
- Paralysie.

- Difficultés d'élocution.
- Engourdissements.
- Tremblements.

État actuel de la recherche

Depuis mars 1993, la recherche sur l'Interféron bêta a montré une diminution de la fréquence et de la gravité des poussées chez les personnes présentant une forme cyclique de sclérose en plaques. Ces résultats permettent d'espérer qu'il s'agit là du premier vrai traitement de la SP, bien que de nombreuses questions subsistent quant à ses effets à long terme.

La Direction générale de la protection de la santé a autorisé le lancement commercial de ce produit à la fin du mois d'octobre 1995.

Recherche en immunologie:

On croit que la destruction de la myéline serait déclenchée par une mauvaise réponse immunitaire à un antigène inconnu chez les personnes génétiquement prédisposées à la maladie.

Recherche en virologie:

On étudie le rôle de divers virus dans la sclérose en plaques.

Recherche en régénération nerveuse :

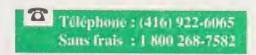
Divers essais sont en cours à l'Hôpital Général de Montréal.

Recherche sur les habitudes de vie, la nutrition et les antécédents familiaux.

a sclérose en plaques

Associations et organismes

Société canadienne de la sclérose en plaques
Bureau National
250, Bloor Est, bureau 820
Toronto (Ontario) M4W 3P9



Objectif

Être un chef de file dans la recherche du remède de la sclérose en plaques et permettre aux personnes aux prises avec la maladie d'améliorer leur qualité de vie.

Services offerts

- Groupes d'entraide, pour les personnes atteintes et pour leurs conjoints.
- Service de renseignements.
- Bulletin d'information.
- Diverses activités en langue anglaise.
- Service d'écoute téléphonique et d'orientation, en français et en anglais, sur tout le territoire du Québec.

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone: (418) 722-0681

Saguenay-Lac Saint-Jean

Téléphone: (418) 548-9679

Ouébec

Québec

Téléphone: (418) 529-9742

Mauricie-Bois-Francs

Téléphone: (819) 373-2570

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 564-0501

Windsor

Téléphone: (819) 845-2450

Montréal

Téléphone: (514) 849-7591

Outaouais

Téléphone: (819) 778-1450

Mont-Laurier MRC

Téléphone: (819) 623-4204

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 762-2876

Côte-Nord

Port-Cartier

Téléphone: (418) 962-4220

Manicouagan

Téléphone: (418) 589-2326

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Bonaventure

Téléphone: (418) 388-2870

Gaspé

Téléphone: (418) 368-6593

Lanaudière

Téléphone: (514) 436-4469

Laurentides

Basses-Laurentides

Téléphone : (514) 258-3311 **Sainte-Thérèse-de-Blainville**

Téléphone: (514) 434-9704

Montérégie

Téléphone: (514) 466-5209

Sorel-Tracy

Téléphone: (514) 746-5536

la sclérose en plaques

 L'Association québécoise des amis de la sclérose en plaques (L'A.Q.A.S.E.P.)
 1012, avenue du Mont-Royal Est, bureau 105 Montréal (Québec) H2J 1X6



Objectif

Fondée à Montréal en 1990, L'A.Q.A.S.E.P. s'intéresse autant aux médecines alternatives qu'à la médecine traditionnelle et tente de proposer des solutions concrètes aux personnes atteintes de sclérose en plaques. L'Association vise la «reprise en charge» de l'individu par lui-même, sur les plans physique, mental, émotionnel et spirituel, en parallèle avec la médecine classique.

Services offerts (*«outils»* favorisant cette reprise en charge)

- Écoute téléphonique.
- Évaluation nutritionnelle par une diététiste-nutritionniste.
- Séances de massothérapie.
- · Rencontres interactives.
- Regroupement d'achat de vitamines et minéraux.
- Conférences et ateliers thématiques-échanges.
- Rencontres, loisirs, fêtes.
- Service de renseignements.
- Production de document.
- Centre de documentation cassettes et livres.

Publications

• Guide «Accès +»:

Guide de ressources comprenant, outre des chapitres sur les ressources offertes au Québec pour les personnes atteintes de maladies physiques et mentales, des renseignements sur les problèmes sociaux, la famille, les aînés, les ados, les enfants.

• Bulletin trimestriel «Amitié SP».

a sclérose latérale amyotrophique

Description

a sclérose latérale amyotrophique (SLA), mieux connue sous le nom de maladie de Lou Gehrig, est une maladie du système nerveux qui affecte les neurones moteurs envoyant les messages du cerveau aux muscles pour les faire se mouvoir. Cette atteinte cause l'atrophie graduelle de tous les muscles inutilisés, y compris ceux impliqués dans la parole, l'alimentation et la respiration.

Symptômes

Les premiers symptômes de la SLA sont une faiblesse dans un bras ou une jambe, l'atrophie et des contractions involontaires des muscles, des crampes musculaires qui peuvent être douloureuses et une difficulté à articuler et avaler. Dans certains cas, de forme bulbaire, les premières séquelles s'observent au niveau de la parole.

Traitement

À ce jour, il n'existe aucun traitement pour guérir la SLA. Les personnes atteintes peuvent toutefois recourir aux soins d'un ergothérapeute, d'un orthophoniste et d'un nutritionniste qui les aident à poursuivre leurs activités tout en conservant le maintien des acquis actuels le plus longtemps possible.

État actuel de la recherche

Récemment, on a identifié le gène responsable de certaines formes familiales de SLA : on a découvert qu'une enzyme, la superoxydedismutase, aurait un rôle à jouer dans la maladie. De plus, on poursuit des études sur des médications qui pourraient ralentir ou même stabiliser l'évolution de la maladie. Actuellement, plusieurs centaines de patients font partie des groupes de recherche, tant au Canada qu'aux États-Unis.

Associations et organismes

 Société de la sclérose latérale amyotrophique du Québec

3958, rue Dandurand Montréal (Québec) H1X 1P7

SLA du Canada

Téléphone ± (514) 725-2653 Télécopieur: (514) 725-2653



Objectif

La mission de la SLA est d'améliorer la qualité de vie des personnes atteintes ainsi que de leurs familles en offrant des services de soutien, en les informant sur les ressources actuelles reliées à la maladie, en facilitant les recherches par une banque de données mises à jour et en agissant comme intermédiaire entre les chercheurs et les personnes atteintes.

- Groupe d'entraide.
- Écoute, orientation, soutien individuel et communautaire.
- Bulletins d'information.
- · Activités familiales et sociales.

a sclérodermie ou la sclérose systémique

Description

La sclérose systémique est une maladie autoimmune (atteinte du système immunitaire) caractérisée par une surproduction de collagène au niveau de la peau et des organes internes, ce qui entraîne un «durcissement» et une diminution de fonction. La maladie est associée à la production d'autoanticorps (anticorps dirigés contre les cellules des malades).

Il existe deux formes de sclérodermie. Dans la forme diffuse, les dépôts de collagène apparaissent plus rapidement et peuvent causer une diminution de l'espérance de vie. Dans la forme limitée, l'atteinte de la peau est limitée, celle des organes internes plus lente, et l'espérance de vie est meilleure.

Symptômes

On assiste à l'épaississement et la diminution de souplesse de la peau des doigts et d'autres parties du corps. Le phénomène de Raynaud (changement de couleur des doigts au froid) est fréquent. L'arthrite (douleurs et gonflement articulaires) et la faiblesse musculaire peuvent survenir. L'atteinte de l'oesophage peut causer des brûlements d'estomac et de la difficulté à avaler. L'atteinte des poumons ou du coeur peut causer de l'essoufflement. L'atteinte des reins cause une hypertension artérielle marquée.

Traitements

Comme la cause précise de la maladie demeure inconnue, il n'y a pas de moyen de guérison. Par contre, les traitements peuvent améliorer notablement plusieurs symptômes. À l'aide des traitements, et en apprenant à s'adapter aux limitations imposées par la maladie, de nombreuses personnes réussissent à mener une vie utile et productive. Des recherches sont en cours pour trouver la cause et améliorer le traitement de la sclérodermie.

Association

Société de sclérose systémique (sclérodermie) du Québec inc. 10, rue Charles de Longueuil Sainte-Julie (Québec) JOL 2S0



Objectif

La mission de la Société de sclérose systémique (sclérodermie) du Québec est d'offrir un soutien aux malades, d'informer le public au sujet de la sclérodermie et de promouvoir la recherche.

- Deux conférences par année.
- Service d'écoute.
- · Vente de garage en août.

Description

Les jumeaux siamois sont des jumeaux monozygotes (provenant d'un même oeuf) dont la séparation est imparfaite.

Les jumeaux siamois sont toujours du même sexe.

Cette appellation vient du premier cas rapporté, les jumeaux Chen et Eng nés en Thaïlande (ex Siam) en 1811 et qui vécurent attachés par la hanche jusqu'à 63 ans.

La fusion peut être supérieure, moyenne ou inférieure. Certains sont des individus complets reliés seulement par la peau. Les cas sont variables : il peut y avoir deux têtes, deux troncs et seulement deux jambes.

Traitement

Si les jumeaux survivent à l'accouchement et si chacun d'eux est suffisamment développé pour vivre indépendamment, la séparation chirurgicale est parfois possible.

Renseignements

Il n'existe pas d'association spécifique à cette problématique, mais les hôpitaux possèdent des informations.





Description

e SIDA, c'est le syndrome d'immunodéficience acquise. Le SIDA est la manifestation la plus grave d'une infection causée par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH).

Le VIH:

- détruit le système de défense du corps humain (système immunitaire), le rendant incapable de lutter contre les maladies et les infections ;
- favorise le développement d'autres maladies qui peuvent, à plus ou moins long terme, entraîner la mort.

Comment se transmet le virus du SIDA?

Il se transmet par les sécrétions sexuelles et le sang. Aujourd'hui, les deux modes dominants de transmissions sont les relations sexuelles, qu'elles soient hétérosexuelles ou homosexuelles non protégées par l'usage d'un condom, ainsi que le partage d'aiguilles et de seringues, d'aiguilles usagées et de matériel d'injection (ex. : cuillère) lors d'usage de drogues injectables mais aussi de stéroïdes, de tatouage ou de perçage d'oreilles ou d'autres parties du corps («body piercing»). Le VIH peut affecter les hommes et les femmes de tous âges et de toutes origines ethniques, quelle que soit leur orientation sexuelle.

Le virus peut être transmis au foetus durant la grossesse ou à l'accouchement par sa mère infectée. C'est pourquoi on recommande aux femmes enceintes de passer un test de détection du VIH. Ceci est particulièrement important car il a été démontré récemment que la prise d'AZT durant la grossesse réduisait des 2/3 le taux de transmission du VIH au nouveau-né.

Comme on ne peut guérir le SIDA, le seul moyen efficace, à ce jour, de lutte contre le VIH, demeure la prévention.

Symptômes et évolution

- Dans les semaines qui suivent l'infection par le VIH, manifestations pseudogrippales de type primo-infection (chez 20 à 30 % des personnes infectées).
- Entre quelques mois et 10 ans après la primo-infection par le VIH, manifestations cliniques chez plus de la moitié des personnes infectées, telles que :
 - augmentation de volume des ganglions en plusieurs endroits du corps et de façon durable (plus de 3 mois) ;
 - certains cancers et des infections opportunistes : varient selon le microbe et l'organe atteint (poumons, système digestif, cerveau et peau) ;
 - notamment, le sarcome de Kaposi qui atteint 35 % des patients présentant un SIDA et qui se manifeste par des plaques ou nodules cutanés de couleur violette ou brune au niveau de la peau, des ganglions, des poumons et de presque toutes les viscères;

- des **atteintes neurologiques** (pour environ **90** % **des personnes** atteintes du SIDA) dont les signes peuvent être des pertes de mémoire, un manque de coordination, une confusion dans le langage, une diminution de l'acuité visuelle et des comportements psychotiques ;
- perte de poids supérieure à 10 % du poids corporel;
- fièvres, sueurs nocturnes :
- forme grave d'herpès (infection virale qui se manifeste par des vésicules cutanées douloureuses);
- diarrhée persistante.

Ces sympômes ne sont pas spécifiques du SIDA, mais ce qui fait penser à la possibilité de l'infection par le VIH, c'est le caractère persistant et inexpliqué des symptômes.

Traitements

- Des infections : avec des antibiotiques et antiparasitaires.
- De l'herpès : avec des antiviraux.
- Des cancers (sarcome de Kaposi) et des lymphomes : des rémissions sont obtenues avec l'Interféron, la chimiothérapie et la radiothérapie.
- Des symptômes et signes neurologiques : une amélioration se produit avec l'AZT (la Zidovudine).
 - Ligne téléphonique spéciale «INFO-TRAITEMENT»



État actuel de la recherche

- Combat contre le virus : L'AZT, le DDI et le DDC ont montré une activité favorable, mais limitée dans le temps. Les expérimentations se poursuivent. La recherche est active pour découvrir d'autres produits moins toxiques qui pourraient être utilisés d'une façon précoce après l'infection. Les traitements associant divers agents sont à l'étude. Il y a des recherches sur le 3 TC, un agent anti-viral.
- Rétablir le système immunitaire détruit par le virus : des immuno-stimulants sont actuellement à l'essai, mais leur emploi est difficile, car, en activant le système immunitaire, ils peuvent aussi activer la production du virus. Leur utilisation ne se conçoit donc que si l'on dispose d'un anti-viral efficace.
- La recherche s'active également dans le domaine de la **thérapie génique** contre le SIDA, qui consisterait à insérer dans l'organisme un nouveau gène qui serait capable d'empêcher la protéine VPR (indispensable au virus) de se structurer.
- Est également à l'étude, la «thérapie antisens» (qui pourrait être disponible dès 1996) qui aurait comme résultat de brouiller tout le processus de reproduction du virus.



Pour le moment, on ne peut encore parler de guérison. Il existe cependant des cas de stabilisation. Les progrès dans le domaine des anti-viraux permettent d'espérer.

 Ligne d'information gratuite sur les essais VIH/SIDA



Informations verbales, mais aussi envoi de renseignements par courrier.

Associations et organismes

- L'Association canadienne de santé publique Centre fédéral de documentation sur le SIDA 1565, avenue Carling, bureau 400 Ottawa (Ontario) K1Z 8R1
- Téléphone : (613) 725-3769 Télécopieur: (613) 725-9826
- Centre québécois de coordination sur le SIDA (CQCS)

Téléphone : (514) 873-9890 Télécopieur: (514) 873-9997

3655, rue Saint-Urbain Montréal (Québec) H2X 2P4

Rôle

Ce centre a pour mission de conseiller le ministre de la Santé et des Services sociaux du Québec en matière de SIDA et de coordonner les plans d'action mis de l'avant pour lutter contre cette maladie et pour prévenir les MTS.

♦ La COCQ-SIDA (Coalition des organismes communautaires québécois de lutte contre le SIDA)



4205, rue Saint-Denis, bureau 320 Montréal (Québec) H2J 2K9

La COCQ-SIDA est un regroupement d'organismes à but non lucratif engagés dans la lutte contre le SIDA, répartis à travers le Québec.

Rôle

Les organismes membres de la **COCQ-SIDA** sont en mesure de fournir des informations concernant : la prévention, l'éducation, l'intervention, le soutien aux personnes vivant avec le VIH/SIDA et leurs proches, les appartements supervisés pour personnes vivant avec le VIH/SIDA, la défense des droits de ces personnes.

SIDA en milieu de travail (SMT):

Programme d'éducation et promotion de la santé en entreprises. Séances de formation aux employés et gestionnaires sur la problémetique de SIDA

Téléphone : (514) 282-1015 Sans frais : 1 800 667-7432

et gestionnaires sur la problématique du SIDA en milieu de travail.

Les organismes membres de la COCQ-SIDA au Québec, et leur mandat :

Bas-Saint-Laurent-Rimouski

• M. A. I. N. S.

Prévention, soutien, intervention

Saguenay-Lac Saint-Jean

• M. I. E. N. S.

Prévention, soutien, intervention

Québec

Québec

• M. I. E. L. S.

Prévention, soutien, intervention

 Regroupement des personnes atteintes du VIH de Québec et de la région

Info-prévention, soutien, défense des droits

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

♦ SIDACTION TROIS-RIVIÈRES

Prévention, soutien, intervention

Maison-Re-Né

Hébergement pour personnes vivant avec le SIDA

Victoriaville

• B. L. I. T. S.

(Bureau local d'intervention traitant du SIDA)

Prévention, soutien, intervention

Estrie

Sherbrooke

I. R. I. S. Estrie

(Groupe d'intervention régionale

et d'information sur le SIDA en Estrie)

Prévention, soutien, intervention, hébergement

Montréal

• A. B. A. A. P. A. S.

Accompagnement bénévole

Téléphone : (418) 722-7432

Téléphone ; (418) 693-8983 Télécopleur; (418) 693-0409

Téléphone ± (418) 649-1720 Info-SIDA ± (418) 649-0788 Télécopieur: (418) 649-1256

Téléphone : (418) 529-1952 Télécopieur: (418) 649-1942

Téléphone : (819) 374-5740 Télécopieur: (819) 374-5932

Téléphone ± (819) 379-2495 Télécopieur: (819) 376-9256

Téléphone : (819) 758-2662 Télécopieur: (819) 758-8270

Téléphone : (819) 823-6704 Télécopieur: (819) 823-5537

Téléphone : (514) 521-3345 Télécopleur: (514) 521-5754 Ligne Info-SIDA : (514) 521-7432

he sida

- Action Séro-Zéro
 Prévention, éducation, sauna
- AIDS Community Care Montréal (SIDA Bénévole Montréal)
 Accompagnement, soutien
- Centre d'Action SIDA-Montréal-Femmes
 Éducation et prévention, intervention Femmes
- Centre des Services SIDA-SECOURS du Québec

Hébergement : Habitations Jean-Pierre Valiquette (appartements supervisés) et Maison Luc Larrivée

- Centre Pierre-Hénault
 Soutien aux proches et voiturage
- CLIP-SIDA
 Prévention, soutien, intervention, éducation
- Coalition SIDA des Sourds du Québec Information, prévention et soutien
- C. P. A. V. I. H.
 (Comité des personnes atteintes du VIH)

Information, défense des droits des personnes vivant avec le VIH

- G. A. P. SIDA
 (Groupe d'action pour la prévention du SIDA)
 Prévention, soutien, communauté haïtienne
- LES ENFANTS DE BÉTHANIE Améliorer la qualité de vie des enfants infectés ou affectés par le VIH/SIDA Soutien à la famille, ressources parentales.
- Société canadienne de l'Hémophilie Prévention, soutien pour hémophiles et leurs proches, intervention

- Téléphone : (514) 286-0439 Télécopieur: (514) 281-8004
- Téléphone ; (514) 287-3551 Télécopieur; (514) 287-9475
- Téléphone : (514) 989-7997 Télécopieur: (514) 989-7811
- Téléphone : (514) 282-7777 Télécopieur: (514) 842-2991
- Téléphone : (514) 273-8603 Télécopieur: (514) 273-8710
- Téléphone : (514) 425-8811 ou (514) 425-8812 Télécopieur: (514) 425-8825
- Sans frais : 1 800 363-6600 et demander le : (514) 288-1780 Télécopieur : (514) 281-8004
- Téléphone : (514) 282-6673 Télécopleur: (514) 281-8004 Sans frais : 1 800 927-2844
- Téléphone : (514) 722-5655 Télécopieur: (514) 722-0063
- Téléphone : (514) 278-5331 Télécopleur: (514) 270-7451
- Téléphone : (514) 848-0666 Télécopieur: (514) 848-6103

e sida

Maison d'Hérelle

Chambres à moyen et long terme pour personnes en perte d'autonomie avancée Transition et répit

Maison du Parc

Résidence pour personnes atteintes du SIDA

Maison Ludovic

Foyer collectif pour personnes en perte d'autonomie

Chez ma cousine Evelyn

Maison d'hébergement pour sans-abri toxicomanes vivant avec le VIH/SIDA

Hébergement de l'Envol

Foyer collectif pour personnes en perte d'autonomie

Maison Amaryllis

Maison d'hébergement pour personne vivant avec le VIH/SIDA, sans abri et polytoxicomanes

Maison Déhon

Hébergement pour personnes vivant avec le SIDA et en perte d'autonomie

Maison Plein-Coeur

Soutien, centre de jour, support technique à domicile, service de pastorale

Outaouais:

◆ B. R. A. S. (Bureau régional d'action SIDA)

Prévention, soutien, intervention

Abitibi-Témiscamingue:

Centre des R. O. S. E. S.

Accueil, soutien et écoute aux personnes vivant avec le VIH/SIDA et leur entourage

Téléphone : (514) 842-7747 et : (514) 844-4874 Télécopiour; (514) 842-2991

Téléphone : (514) 523-6467 Télécopieur: (514) 523-6800

Téléphone : (514) 722-8523 Télécopieur: (514) 722-2354

Téléphone : (514) 523-1927 Télécopieur: (514) 844-0067

Téléphone : (514) 593-6614 Télécopleur: (514) 593-9227

Téléphone : (514) 526-3635 Télécopieur: (514) 521-9209

Télécopieur: (514) 384-0450 Télécopieur: (514) 388-8290

Téléphone : (514) 597-0554 Télécopieur: (514) 597-2788

Téléphone : (819) 568-2727 Télécopleur: (819) 568-8765

Téléphone : (819) 764-9111



Lanaudière

S. I. P. E. LANAUDIÈRE

Information, prévention et écoute pour la région de Lanaudière

Laurentides

CENTRE SIDA AMITIÉ

Soutien, éducation, prévention ligne Info-sida

CRISS

(Centre de ressources et d'interventions en santé et sexualité) 5339, boulevard Saint-Michel

Montréal (Québec) H1Y 2C8

Téléphone : (514) 752-4004 Télécopieur: (514) 755-4649

Téléphone : (514) 431-7432 Télécopieur: (514) 431-6536

Téléphone : (514) 729-8415 Télécopieur: (514) 725-1757

Objectifs

• Favoriser, par tous les moyens possibles, la santé globale, la santé sexuelle et les connaissances concernant les MTS et le VIH-SIDA.

- Structurer et mettre sur pied, en collaboration et/ou en concertation avec d'autres organismes, des mécanismes d'intervention et de soutien dans le but d'améliorer la santé et/ou les conditions de vie des populations cibles.
- Faire de la prévention, tant primaire que secondaire, du VIH/SIDA et des différentes MTS.
- Favoriser les regroupements de populations cibles, vivant avec le VIH ou autres MTS afin de répondre le plus adéquatement possible à leurs besoins.
- Service Positivement Femmes : son mandat est de rejoindre et de réunir les femmes québécoises séropositives et de leur assurer une meilleure intégration dans la société, ainsi que du soutien, du support et de l'écoute, grâce à une ligne téléphonique sans frais.
 - Renseignements

Montréal : (514) 729-0026 Sans frais : 1 800 377-3553

- Services SIDA Femmes : écoute et soutien psychosocial et psychosexuel, informations (mises à jour) spécifiques aux femmes sur la santé globale et la sexualité, orientation vers les ressources existantes du milieu.
- Service Impacts: promotion de la santé globale et surtout de la santé sexuelle grâce à la conception, la planification et la mise sur pied de programmes novateurs de formation d'intervenants et de bénévoles impliqués dans la multi-problématique du VIH/SIDA et des MTS.

 Service Herpès - MTS
 Soutien, support et éducation en matière de MTS et spécifiquement l'herpès.
 Ce service communautaire est le seul à Montréal.



Autres services offerts

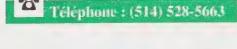
- Groupe de rencontre.
- · Soutien individuel.
- · Counselling psychosexuel et psychosocial.
- Ligne téléphonique d'écoute et d'orientation.
- Education et information.
- Points d'échange de seringues au Québec, pour toxicomanes



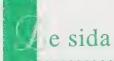
Le Centre québécois de coordination sur le SIDA, le CLSC et l'hôpital de votre ville sont en mesure de vous indiquer les coordonnées des points d'échange de seringues de votre région. Il y en a dans toutes les régions, dans les hôpitaux, les CLSC et certaines grandes pharmacies.

Deux unités d'interventions mobiles pour la distribution de seringues (kit) sont en activité à Montréal («l'Anonyme») et sur la Rive-Sud («Le Troc»). Pour connaître les horaires et itinéraires de ces unités d'intervention mobile, appeler au Centre québécois de coordination sur le Sida.

- Pic-Atouts (programme d'intervention communautaire auprès des toxicomanes utilisant des seringues)
 Unité de Santé Publique Maisonneuve-Rosemont
- Programme spécial Toxicomane -VIH- SIDA
 Département de médecine préventive
 Hôpital Saint-Luc, Montréal

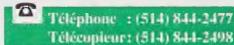






Publications diverses

- · Santé et Bien-être social Canada:
 - Le VIH et le SIDA : Le plan d'action du Canada.
 - · Une collaboration fructueuse : l'action du gouvernement fédéral contre le SIDA.
 - · Les femmes et le SIDA : Un défi pour le Canada au cours des années 90.
 - · Les femmes et le SIDA : Options pour les femmes à l'ère du SIDA
 - D. G. P. S. : «Actualités » : médicaments pour le traitement du SIDA.
- · Gouvernement du Québec Ministère de la Santé et des Services sociaux
 - Centre de coordination sur le SIDA :
 - Information sur le test de détection des anticorps du virus de l'immunodéficence humaine.
 - Le SIDA, ça vous touche de toutes façons.
 - VIH et SIDA: Questions de femmes.
 - SIDA et milieu de travail : Investir dans l'action.
- ·Centre québécois de coordination sur le SIDA (Projet ACCÈS) :
 - Carnet de route, à l'intention des personnes aux prises avec le VIH/SIDA.
 - Ressources utiles pour les personnes aux prises avec le VIH.
 - Mourir chez soi (guide à l'intention des personnes désirant garder à la maison une personne atteinte du SIDA jusqu'à la mort).
 - La COCQ-SIDA, le Comité des personnes atteintes du VIH du Québec et La Société canadienne de l'hémophilie, se sont regroupés pour publier un bulletin sur les traitements et médicaments du VIH. «TI» - Information sur les Traitements de l'Immunodéficience





Saviez-vous que?

La prévention reste le seul moyen de lutte contre la propagation du SIDA.

Seul un changement de comportement (sexuel et de partage des aiguilles et des seringues) peut nous protéger et limiter le mal en attendant le traitement et le vaccin. Pour les personnes ayant des relations sexuelles avec pénétration, le condom constitue actuellement la seule et meilleure protection contre le VIH et les autres MTS.

Note : la pilule contraceptive et le stérilet ne protègent aucunement contre le VIH et les autres MTS.

e spina-bifida et l'hydrocéphalie

Description

Spina-bifida

es mots latins spina-bifida signifient : colonne vertébrale fendue ou divisée. Le spina-bifida endommage à divers degrés la moelle épinière et le système nerveux. Les dommages sont permanents. Un enfant sur 750 qui naît au Canada a le spina-bifida. Au pays, le spina-bifida vient au premier rang des malformations congénitales causant des limitations fonctionnelles et son origine demeure inconnue.

Il existe différents types de spina-bifida:

Le myéloméningocèle (la forme la plus grave) :

La moelle épinière et les nerfs sont mal formés. Les méninges peuvent être ouvertes et la moelle est alors visible. Cela peut entraîner les conséquences suivantes :

- paralysie des membres inférieurs ;
- perte de sensibilité de plusieurs parties du corps ;
- incontinence urinaire et fécale ;
- · déformation des pieds et de la colonne vertébrale ;
- · hanches déplacées ;
- hydrocéphalie.

Le méningocèle :

La moelle épinière est normale mais les méninges sortent du canal rachidien par l'ouverture créée par les vertèbres manquantes ou endommagées. Dans la plupart des cas, le méningocèle nécessite une intervention chirurgicale peu après la naissance pour corriger l'enflure visible dans le dos. Habituellement, il n'y a pas de déficit neurologique.

Le spina-bifida occulta:

Il y a une malformation d'une ou de plusieurs vertèbres. Cette malformation est non apparente et le plus souvent sans gravité.

Plusieurs enfants ayant le spina-bifida pourront devenir autonomes s'ils ont bénéficié d'une chirurgie de correction à la naissance. Pour d'autres, les conséquences liées au spina-bifida limiteront considérablement leurs activités. De façon générale, les personnes ayant la forme sévère de spina-bifida, laquelle est accompagnée d'hydrocéphalie dans 80 % des cas, ne pourront se déplacer qu'à l'aide d'un fauteuil roulant ou d'appareils orthopédiques.

Hydrocéphalie

L'hydrocéphalie est une accumulation excessive de liquide céphalo-rachidien dans les cavités du cerveau. On peut intervenir chirurgicalement pour que le liquide s'écoule vers une autre partie du corps et empêcher ainsi l'augmentation de la pression sur le cerveau. Généralement, l'hydrocéphalie, si elle est traitée à temps, n'affecte pas les fonctions intellectuelles.



e spina-bifida et l'hydrocéphalie

Prévention

De récentes études ont révélé que l'ajout de vitamine B, l'acide folique, au régime alimentaire des femmes en âge de procréer peut réduire considérablement les risques de malformations de la colonne vertébrale telles que le spina-bifida. Les femmes concernées devraient prendre 0,4 mg d'acide folique par jour, au moins un mois avant la conception et pendant le premier trimestre. Pour les femmes qui ont déjà eu un enfant ayant une malformation à la colonne vertébrale, qui en ont dans leur famille ou qui ont elles-mêmes le spina-bifida, la dose quotidienne recommandée s'élève à 4 mg d'acide folique.

État actuel de la recherche

Il reste beaucoup de travail à faire dans le domaine de la recherche médicale afin de connaître les causes du spina-bifida et d'améliorer la qualité de vie des personnes qui naissent avec cette malformation

Association

 L'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie du Québec 5757, Decelles, bureau 425 Montréal (Québec) H3S 2C3



Fondée en 1975, l'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie du Québec regroupe des personnes ayant le spina-bifida et/ou l'hydrocéphalie ainsi que des parents et des individus intéressés à l'amélioration de la qualité de vie de ces personnes.

Objectifs

- Promouvoir les droits et défendre les intérêts des personnes ayant le spina-bifida.
- * Favoriser la formation et l'épanouissement d'associations régionales dans tout le Ouébec.
- Encourager et subventionner la recherche médicale afin de déterminer les causes du spina-bifida et de l'hydrocéphalie, permettre l'amélioration des traitements existants et les techniques de prévention.
- * Sensibiliser la population aux besoins des personnes ayant le spina-bifida et/ou l'hydrocéphalie.
- Recueillir des fonds pour permettre d'atteindre ces objectifs.

Services offerts

- Revue «Contact».
- Sessions d'information.
- Documentation
- Services de consultation et de référence.

es stomisés (iléostomie, colostomie, urostomie)

Description

Stomie: créée à la suite d'une opération chirurgicale, une stomie forme une nouvelle ouverture sur la paroi abdominale, afin d'éliminer les déchets naturels.

Le mot stomie signifie : abouchement d'un organe interne à la surface de la peau en vue d'en collecter son contenu.

Colostomie: stomie faite sur le côlon (le gros intestin). **Iléostomie**: stomie faite sur l'iléon (l'intestin grêle).

Urostomie : stomie faite d'un conduit venant des uretères (ablation de la vessie) pour en éliminer l'urine.

On estime à près de 35 000 le nombre de stomisés au Canada, dont un peu plus de 10 000 au Québec seulement.

Raisons nécessitant une stomie

- Malformation congénitale.
- Traumatisme (accident).
- Maladie.

Vivre avec une stomie

Après l'opération, la plupart des stomisés peuvent mener une vie normale, car leur problème de santé est corrigé. En plus d'avoir recours à des techniques médicales et des connaissances plus approfondies de même qu'à des appareils et équipements modernes, ils peuvent bénéficier des services des stomothérapeutes (infirmières spécialisées dans ce domaine).

Associations

Société canadienne du cancer
Division Québec
 Att.: Association d'iléostomie
et de colostomie de Montréal
5151, boulevard de l'Assomption
Montréal (Québec) H1T 4A9



Il existe plusieurs associations régionales, à travers le Québec. Pour connaître la vôtre, consultez la Société canadienne du cancer.

es stomisés (iléostomie, colostomie, urostomie)

Objectifs

Organisme à but non lucratif, l'Association vise les buts suivants :

- instruire et réhabiliter la personne stomisée, l'encourager à ne pas se sentir invalide et à ne pas se replier sur elle-même ;
- faciliter, avec les membres de sa famille, la réadaptation de la personne stomisée et son retour à une vie normale ;
- · organiser des rencontres d'information, des colloques et des activités sociales ;
- contribuer à l'amélioration constante des programmes d'aide pour la personne stomisée :
- favoriser la mise en place de mécanismes de concertation entre les intervenants concernés.

Services offerts

- Visites des personnes avant ou après l'opération, à domicile ou à l'hôpital.
- Écoute téléphonique.
- Appui moral d'autres personnes stomisées.
- Rencontres avec des intervenants spécialisés ou des organismes collaborateurs.
- Démarches pour l'amélioration ou le développement de services répondant aux besoins des personnes stomisées.
- Démonstration de produits visant l'amélioration de la condition des personnes stomisées.
- Rencontres mensuelles de septembre à mai.
- Activités sociales.
- ◆ Les Amis des Stomisés du Monde F.O.W. Canada Projet S.H.A.R.E - Québec 949, rue Pierre-Lacroix Montréal (Québec) H1B 3C7



Objectif

Le principal but des Amis des Stomisés du Monde est le projet S.H.A.R.E. de «l'United Ostomy Association». Ce projet a pour mandat de récolter le surplus de produits et de la littérature spécialisée pour stomisés et de les distribuer aux stomisés démunis à travers le monde.

e syndrome de la Tourette

Description

e syndrome de Gilles de la Tourette est un trouble neurologique qui provoque des tics et des comportements compulsifs.

Symptômes

Les premiers symptômes, qui apparaissent avant l'âge de 21 ans, sont des tics du visage (clignotement des yeux, crispation de la bouche), des bruits involontaires (reniflements, raclements de gorge) ou encore des mouvements de bras. Il n'existe aucun test médical pouvant identifier ce syndrome. Seule l'observation des symptômes permet de le diagnostiquer.

Traitements

Bien qu'il soit impossible de guérir le syndrome de la Tourette, une bonne médication aide le patient à contrôler les tics. La psychothérapie, la rétroaction biologique (biofeedback) et la relaxation peuvent aussi aider les personnes atteintes.

État actuel de la recherche

La recherche génétique essaie de localiser le gêne responsable du syndrome. Puisque la maladie est transmise d'une génération à l'autre, des études sur des familles où plusieurs membres sont atteints devraient permettre de faire des découvertes importantes. D'autres chercheurs étudient les neurotransmetteurs pour mieux comprendre le syndrome et trouver des traitements efficaces.

Associations et organismes

- L'Association québécoise du syndrome de la Tourette
 5, rue Querbes
 Outremont (Québec) H2V 3V7
- L'Association du syndrome de la Tourette de Québec et l'est du Québec
 Division de la recherche
 Hôtel-Dieu du Sacré-Coeur (Québec) G1N 2W1
- ◆ La Fondation canadienne du Syndrome de la Tourette
 238, rue Davenport, C.P. 343
 Toronto, Ontario M5R 1J6

Téléphone : (514) 345-0251

Téléphone : (418) 849-3582
Chicoutimi : (418) 549-5325

Téléphone : (416) 968-2009
Sans frais : 1 800 361-3120

Objectif

La Fondation canadienne du syndrome de la Tourette a pour but d'identifier les causes de la maladie, de développer un traitement et de contrôler les effets du syndrome.

Elle offre des services aux familles touchées et amasse des fonds pour stimuler la recherche.

Services offerts

- Groupes d'entraide.
- Conférences.
- Bulletin d'information.

e syndrome de Marfan

Description

e syndrome de Marfan est un désordre héréditaire du tissu conjonctif affectant plusieurs systèmes organiques incluant le squelette, les poumons, les yeux ainsi que le coeur et les vaisseaux sanguins. Ce syndrome peut affecter les hommes comme les femmes, de quelque race ou groupe ethnique que ce soit. Environ 3000 personnes en sont affectées au Canada.

L'enfant d'une personne affectée par le syndrome de Marfan, aura 50 chances sur 100 d'hériter du syndrome.

Symptômes

Cette maladie se manifeste par des malformations squelettiques multiples (grande taille avec thorax en entonnoir, scoliose), des problèmes oculaires (myopie) et parfois une anomalie dans la taille et la forme des cristallins qui est accompagnée de tremblements de l'iris.

Mais les problèmes les plus graves sont d'origine cardio-vasculaires : insuffisance aortique et mitrale provoquant une irrégularité du rythme cardiaque. L'aorte (artère principale assurant la sortie du sang du coeur) est en général plus grosse et plus fragile chez les personnes atteintes du syndrome de Marfan. Quand l'aorte devient trop grosse, une intervention chirurgicale est nécessaire.

Traitement

Il n'existe pas de traitement, mais une surveillance médicale rigoureuse peut améliorer grandement la qualité et la durée de la vie. Chaque patient devrait subir un électro-cardiogramme par année pour vérifier la dimension et le fonctionnement du coeur et de l'aorte, un examen initial de l'oeil afin de détecter des problèmes du cristallin et un suivi régulier de la part d'un ophtalmologiste. Le système squelettique devrait être surveillé avec une attention particulière pendant l'enfance et l'adolescence.

État actuel de la recherche

La recherche porte sur l'identification du gène causant ce syndrome.

Associations et organismes

Canadian Marfan Association

Toronto (Ontario)

Montréal (Québec)

Le Club des Grands de Montréal

Téléphone : (905) 826-3223 Télécopieur: (905) 826-3125

Téléphone : (514) 344-8895 Télécopieur: (514) 426-7520

Téléphone : (514) 847-8853

e syndrome de Turner

Description

Je syndrome de Turner est causé par un chromosome sexuel manquant. Il touche une naissance féminine sur 2500.

Symptômes

Les femmes atteintes du syndrome de Turner mesurent généralement moins de 4'8" (142 cm), sont infertiles et n'ont pas de caractères sexuels secondaires. D'autres symptômes secondaires peuvent aussi se manifester : oedème aux mains et aux pieds, os de l'avant-bras déviés, malformation de la colonne cervicale, du thorax, du visage, du palais et des mamelons, abondance de grains de beauté, anomalie cardiaque et rénale, ainsi qu'une difficulté d'orientation dans l'espace.

Traitements

- Remplacement hormonal afin d'obtenir les caractères sexuels secondaires (oestrogène, progestérone);
- Hormone de croissance bio-synthétique (pour améliorer la taille).

État de la recherche

La recherche se penche actuellement sur les problèmes de stérilité et de taille engendrés par le syndrome de Turner.

Association

Association du syndrome de Turner du Québec
 212, rue Beaudoin
 Montréal (Québec) H4C 2Y2



Objectif

Le mandat de l'Association du syndrome de Turner du Québec est d'informer, de soutenir les personnes atteintes et leur famille et d'améliorer leur qualité de vie. Elle vise aussi à sensibiliser la population, à encourager la recherche et à promouvoir le dépistage.

Services offerts

- Groupe de soutien.
- Écoute téléphonique.
- Jumelage (sur demande).
- Bulletin d'information.
- · Centre de documentation.

e syndrome post-polio

Description

a plupart des personnes atteintes de la poliomyélite ont pu mener une vie productive et enrichissante, et, à présent, pour plusieurs d'entre eux, le souvenir de leur maladie ne les préoccupe guère. Cependant, certaines des personnes (environ 25 %) atteintes de la polio il y a 30 ou 40 ans commencent maintenant à éprouver de nouveaux symptômes comme la fatigue et la faiblesse musculaire, même quotidiennement. Elles voient donc leur mobilité menacée, sans trop savoir pourquoi. Ce sont les effets à long terme de la polio, appelés «syndrome post-polio».

Traitement

Il n'y a pas de traitement, mais des conseils :

- évitez de vous fatiguer, apprenez à connaître votre limite de fatigue et ne la dépassez pas;
- faites de l'exercice, mais seulement sous la directive d'un médecin bien informé sur le syndrome (le meilleur exercice est la natation dans l'eau tiède);
- gardez un poids normal et ayez une alimentation équilibrée (suffisamment de fibres) ;
- évitez de prendre froid ;
- faites évaluer votre force musculaire régulièrement.

État actuel de la recherche

Aucune théorie ne semble satisfaisante actuellement, mais il ne semble pas y avoir d'évidence d'infection virale.

Association

Association Polio Québec
 C. P. 745, succursale Jean-Talon
 Montréal (Québec) H1S 2Z5



Objectifs

- Représenter les intérêts des gens qui ont eu la polio.
- Offrir un service de documentation.
- Encourager la recherche pour le traitement et une guérison possible du syndrome post-polio.
- Sensibiliser la population.

es victimes de la thalidomide

Description

les noms de Kevadon ou Talimol) aux femmes enceintes ayant des nausées. Ce «remède miracle» a fait son apparition au Canada vers la fin des années cinquante et fut retiré du marché entre mars et avril 1962. À l'échelle mondiale, on dénombre 6000 bébés victimes de la thalidomide.

Dépendant de la période de la grossesse à laquelle il était pris, ce médicament causait de graves malformations congénitales internes et externes. Près de 40 % des bébés victimes de la thalidomide sont décédés avant d'avoir atteint l'âge de un an.

Les victimes de la thalidomide ont mis sur pied, il y a quelques années, un groupe d'études afin d'obtenir une indemnisation du gouvernement fédéral. Ce groupe d'études tient le gouvernement du Canada en partie responsable de cette tragédie puisque c'est lui qui, à l'époque, autorisa la vente de ce médicament au Canada.

Les victimes de la thalidomide ont obtenu compensation des distributeurs canadiens de la thalidomide mais sont insatisfaits des maigres montants versés.

Association

 L'association canadienne des victimes de la thalidomide Siège social
 P.O. Box 9061, sub. 40
 London (Ontario) N6E 1V0

> Bureau du Québec C.P. 304, succursale Youville Montréal, (Québec) H2P 2V5

Téléphone : (519) 681-0357



Objectif

L'ACVT a été fondée le 1er mai 1993. Elle travaille actuellement à l'implantation de programmes qui seront offerts aux 106 membres (dont une quarantaine au Québec) reconnus officiellement par le ministère de la Santé et du Bien-être social du Canada. Elle travaille également à l'élaboration d'outils de promotion.

Services offerts

- Programme d'accommodation pour les membres (aides techniques, counselling en situation de crise, soutien en éducation et au travail).
- Programme d'information (interne et externe).
- Soutien à la famille et aux proches.
- · L'ACVT défend les droits et intérêts de ses membres.

Note: L'Association donnera de l'information sur la possibilité de remise en marché de la thalidomide (sous un autre nom) dans certains pays.

es traumatismes crâniens

Description

I s'agit d'une atteinte du cerveau ou de sa base, caractérisée par une destruction ou une dysfonction (fonctionnement inadéquat) du tissu cérébral provoquée par le contact brusque (accélération, décélération ou rotation) entre le tissu cérébral et la boîte crânienne. Il peut être aussi causé par un objet pénétrant.

Caractéristiques

- Changement soudain de l'état de conscience, allant de la confusion minime à un coma profond.
- Altération des fonctions cérébrales et cognitives, de façon brusque et de durée variable ou permanente.
- Des changements au niveau des fonctions mentales supérieures comme l'intelligence, la mémoire, le jugement ou le raisonnement.
- Des perturbations dans le comportement familial, social, scolaire, professionnel et émotif. La personne peut devenir irritable et avoir des sautes d'humeur.
- Éventuellement, des séquelles neuro-psychologiques.

Causes

Les accidents de la route en sont la principale cause : la motocyclette, la bicyclette, la planche à roulettes, les patins à roues alignées, les chutes, les accidents de travail et les piétons heurtés par un véhicule.

Quelques chiffres

- Quarante mille Canadiens subissent chaque année un traumatisme crânio-cérébral, dont 4000 Québécois (59 % d'enfants et 41 % d'adultes).
- Chaque jour au Québec, 832 véhicules sont accidentés, 139 personnes sont blessées, dont 18 gravement, et 3 décèdent.
- Environ 70 % des personnes traumatisées crâniennes sont des hommes et 69 % sont des célibataires.
- La moyenne d'âge des personnes traumatisées crâniennes est de 33 ans pour les décédées et de 31 ans pour les blessées.
- Au Québec, 40 personnes par an perdent la vie en vélo, la plupart du temps suite à une blessure à la tête (82,2 %).

Traitement

La réadaptation peut aider la victime à réintégrer son milieu, mais il faut savoir que les cellules détruites ne se régénèrent jamais. Par contre, d'autres cellules peuvent prendre un certain relais et aider en quelque sorte les cellules résiduelles à mieux fonctionner.

Réadaptation

Elle comporte quatre étapes :

• traitement médical : commence immédiatement après l'accident, dans les hôpitaux, et peut se poursuivre pendant quelques semaines ou mois ;

es traumatismes crâniens

- réadaptation fonctionnelle : les centres de réadaptation assurent habituellement ces services. On cherche, à ce stade, à développer l'autonomie physique, fonctionnelle, cognitive, émotive, comportementale et la communication chez la victime ;
- l'intégration sociale et le retour dans le milieu : peut prendre plusieurs années et se fait grâce à la collaboration des CLSC, des Centres de jour ou d'intégration socio-professionnelle. Le but est le retour à une vie «normale»;
- maintien dans le milieu : permettre à la personne qui s'est intégrée de conserver ses acquis, son autonomie et sa qualité de vie.

Associations et organismes

 Association Québécoise des traumatisés crâniens 3800, Radisson, bureau 203
 Montréal (Québec) H1M 1X6



Objectifs

- Offrir un soutien aux membres et à leur famille, défendre leurs droits et intérêts en les assistant dans leurs demandes et organiser des activités de loisir.
- Promouvoir la prévention des accidents et l'éducation de la population sur les effets du traumatisme crânien.
- Sensibiliser les instances gouvernementales et solliciter des soins et des services adaptés.
- Coopérer avec d'autres organismes ayant des objectifs similaires.

Services offerts

· Conférences.

- Journal «Le Phoenix».
- Rencontres individuelles.
- Centre de documentation vidéothèque.
- Activités de loisirs.
- Soirées rencontres-parents.
- Séances d'information et de prévention, sur demande.
- · Collaboration avec les associations en régions.

Ailleurs au Québec



Trois-RivièresTéléphone: (819) 376-2317

Mauricie-Bois-Francs

Téléphone: (819) 561-2893

Beauharnois Téléphone : (819) 429-7200

Montérégie

Estrie

Sherbrooke Téléphone: (819) 821-2799 Gaspésie-Îles-de-la Madeleine

Outaouais

Gaspé

Hull

Téléphone: (418) 368-5520

es troubles de la communication

Description

Les troubles de la communication sont des troubles qui empêchent la communication de s'établir normalement. Ils sont nombreux et complexes, mais appartiennent à six groupes :

- 1 les troubles de la parole : difficultés à prononcer ou à articuler les sons ;
- 2 les troubles du langage : incapacité à comprendre des messages oraux ou écrits, de formuler des phrases correspondant à l'idée à exprimer ;
- 3 le bégaiement;
- 4 les troubles de la voix : difficulté à produire la voix ou à l'utiliser sans effort ;
- 5 les troubles de la déglutition : difficulté à avaler des aliments ;
- 6 les troubles de l'audition : incapacité de percevoir, identifier ou entendre des sons.

Cinq pour cent de la population québécoise souffre de troubles de la parole ou du langage, dont près de 15 % d'enfants d'âge pré-scolaire et scolaire. Près de 10 % souffrent de troubles auditifs.

Causes possibles

Ces problèmes peuvent être consécutifs à une maladie, une chirurgie, un accident cérébro-vasculaire un traumatisme crânien. Ils peuvent aussi être causés par une déficience physique, un trouble de développement, un handicap intellectuel, des troubles affectifs ou psychologiques, une carence du milieu, le vieillissement ou le bruit en milieu de travail.

Traitement

Lorsque des troubles de communication sont observés et qu'ils causent des inconvénients dans la vie quotidienne, l'intervention de spécialistes est nécessaire.

Un **orthophoniste** sera consulté pour les problèmes de parole, de voix, de bégaiement, de langage oral ou écrit et de déglutition.

Un audiologiste sera consulté pour les problèmes de surdité ou pour toute difficulté auditive ayant des répercussions sur la communication (conversation, téléphone, télévision).

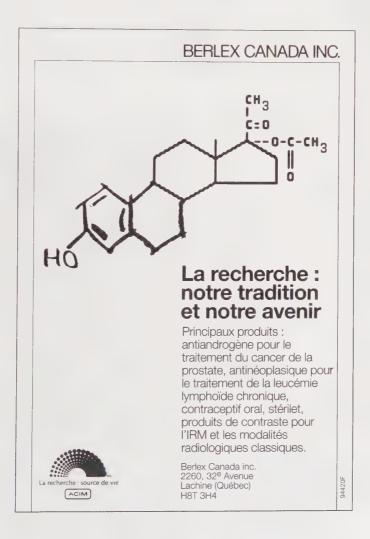
On trouve ces spécialistes dans les centres hospitaliers, les centres de réadaptation, les hôpitaux psychiatriques, les hôpitaux pour personnes âgées, les centres d'accueil pour enfants, adultes et personnes âgées, les CLSC, les directions générales de santé publique, dans le milieu scolaire et en pratique privée.

Renseignements

 Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec
 1265, rue Berri, bureau 730
 Montréal (Québec) H2L 4X4









VILLA TEDICA Hôpital de réadaptation

Une approche centrée sur la personne

225, rue Sherbrooke Est Montréal (Québec) H2X 1C9

Téléphone: (514) 288-8201 Télécopieur: (514) 288-7076 L'hôpital Villa Medica est un établissement privé conventionné de 207 lits de courte durée qui accueille une clientèle adulte nécessitant des soins et des services de réadaptation physique.

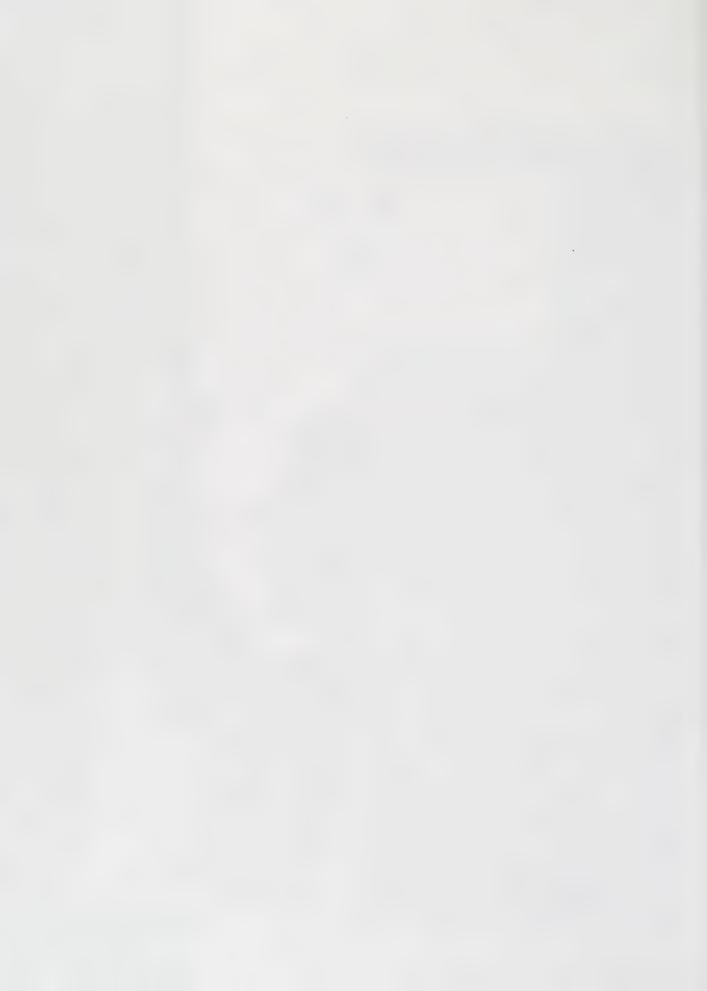
Agréé depuis 1972 par le Conseil canadien d'agrément des services de santé, Villa Medica privilégie l'excellence en offrant des soins professionnels de qualité axés sur la pluridisciplinarité. Cette approche favorise une réponse aux besoins physiques, psychologiques, sociaux et spirituels de chaque individu dans le respect de chacun, sans discrimination et en y impliquant la famille.

Le personnel qualifié, dynamique et chaleureux de Villa Medica offre des services à une clientèle neurologique, orthopédique, aux personnes amputées des membres inférieurs, aux grands brûlés ou aux personnes en perte d'autonomie.

CHAPITRE 2

Les maladies et déficiences mentales







La santé mentale ou la recherche de l'équilibre

a notion de santé mentale est extrêmement difficile à cerner. Est-ce l'adaptation au milieu, le conformisme social, le bonheur, le bien-être et l'harmonie intérieurs ou tout simplement l'absence de maladies mentales ?

Tout au long de sa vie, l'individu doit faire face et s'adapter à bon nombre de situations, parfois traumatisantes, parfois stressantes, qui peuvent ébranler sa santé mentale. Détresse, angoisse, tristesse ternissent alors sa joie de vivre. Des soins appropriés peuvent rapidement l'aider et l'individu est prêt à affronter de nouveau le quotidien. Mais, quand des troubles plus graves apparaissent, c'est non seulement la vie de la personne atteinte qui est affectée, mais celle de tout son entourage.

Au Québec, les deux plus importantes maladies mentales sont la schizophrénie qui touche un pour cent de la population, et les différentes dépressions. Les gens souffrent de plus en plus d'anxiété et de panique, et l'**Organisation mondiale de la santé** considère qu'en Amérique du Nord, une personne sur cinq souffrira d'une maladie mentale au cours de sa vie.

Dans ce chapitre, nous tenterons de définir les principales catégories de maladies mentales tout en proposant, pour chacune d'elles, les ressources disponibles à travers le Québec. Nous tracerons aussi la marche à suivre quand on a besoin de soins, en situation de crise ou non.

Quoi faire en cas de crise ?

Une personne présente des troubles mentaux importants et elle accepte de se faire soigner

Si c'est la **première** fois que cette personne vit une situation de crise, elle peut se présenter à l'**urgence de n'importe quel hôpital**. Cependant, une personne familière avec le réseau psychiatrique et qui doit être hospitalisée à nouveau peut bénéficier des soins de l'équipe de la clinique externe de l'hôpital de son secteur.

En fonction de son état, elle peut aussi se présenter à un centre de crise.

Les centres de crise

Ce sont des organismes indépendants des hôpitaux qui tentent d'éviter l'hospitalisation à la personnne en crise à condition que celle-ci décide par elle-même d'avoir recours à ces services.

Services offerts

- Évaluation.
- · Aide téléphonique.
- Suivi après la crise.
- Intervention individuelle.
- Hébergement à court terme.

Note: Certains centres ont une équipe volante qui peut se rendre sur les lieux de la crise.

À Montréal

- **Le Transit**
- Centre de crise Tracom
- Centre de crise L'Entremise
- Association Iris
 (la personne doit être orientée par les services sociaux hospitaliers ou par un intervenant qui lui assure un suivi psychosocial)
- Service d'intervention psychosociale (W.I. inc.)

Sud-Ouest

Centre de crise L'Autre Maison

Téléphone : (514) 282-7753

Téléphone : (514) 483-3033

Téléphone : (514) 351-9592

Téléphone : (514) 388-9233

Téléphone : (514) 684-6160

Téléphone : (514) 768-7225

Ailleurs au Québec



Québec

Centre de crise de Québec Téléphone : (418) 522-2967

Outaouais

Hull

Centre d'aide de Hull Téléphone : (819) 595-9999

Tel-Aide Outaouais

Téléphone: (819) 741-6433

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Chandler

L'Éclaircie (n'est pas officiellement un centre de crise mais dispense des services du genre) Téléphone: (418) 689-6100

Laval

Association Iris

Téléphone: (514) 338-9233

Laurentides

Saint-Jérôme

Centre Le Faubourg (n'est pas officiellement un centre de crise mais dispense des services du genre)

Téléphone: (514) 569-0101



Ailleurs au Québec



Les centres de crise (suite)

Montérégie

Longueuil L'Accès

Téléphone: (514) 468-8080

Châteauguay

La Maison sous les arbres Téléphone : (514) 691-8882

Saint-Hyacinthe

Centre Richelieu-Yamaska Téléphone : (514) 774-6952

Valleyfield Le Tournant

Téléphone: (514) 371-2820

Richelieu

Centre 24/7 CLSC du Richelieu Téléphone : (514) 658-3775 Saint-Jean-sur-Richelieu Centre de prévention du suicide

du Haut-Richelieu

Téléphone : (514) 347-9189

Granby

Centre de prévention du suicide

de la Haute-Yamaska Téléphone : (514) 375-4252

Une personne présente des troubles mentaux importants mais elle *refuse* de se faire soigner

Selon la *Charte des droits et libertés de la personne* du Québec, tout citoyen doit, dans la mesure du possible, porter secours et assistance à une personne en danger.

C'est votre devoir d'intervenir si une personne menace de se suicider ou si elle représente un danger pour les autres!

Si vous avez besoin d'aide pour intervenir, il existe des recours!

Le 9-1-1, la police ou le service ambulancier de votre région

Dans la **région de Montréal**, appelez le 9-1-1 et demandez **Urgences santé** en spécifiant qu'il s'agit d'une urgence psychiatrique. Le médecin contacté peut alors se déplacer pour évaluer la situation et au besoin obtenir une ordonnance de la cour pour faire hospitaliser la personne en crise.

Certains des **centres de crise** énumérés plus haut ont une équipe volante composée de un ou plusieurs intervenants pouvant se rendre auprès de la personne pour l'aider, la conseiller et même l'accompagner dans ce moment difficile.

La Loi sur la protection du malade mental

- Une personne manifeste des troubles mentaux qui pourraient mettre sa santé, sa sécurité ou celles des autres en danger
 - Elle doit être admise sans délai dans un établissement pour subir un examen clinique psychiatrique.
 - Note: Un juge peut ordonner cet examen, si la personne qui comparaît devant lui manifeste des troubles d'ordre mental qui semblent la rendre incapable de subir son procès.
 - L'examen doit être fait dans les 24 heures et le médecin ou le psychiatre, doit rédiger un rapport écrit sur la nécessité d'obtenir la garde en établissement de la personne.
 - Le rapport doit aussi indiquer si la personne est apte à subir son procès, à prendre soin d'elle-même ou à administrer ses biens.
 - Si le rapport conclut que la personne est **inapte**, une **copie** doit parvenir à la **personne concernée**, et une autre doit parvenir au **Curateur public**.
 - Tant qu'un deuxième psychiatre n'a pas confirmé le rapport du premier, la personne est gardée en établissement, mais pas plus de 96 heures.
- Si la personne refuse de se soumettre à la garde en établissement (cure fermée) ou à un examen psychiatrique
 - Un juge de la Cour du Québec ou des cours municipales des villes de Montréal, Laval ou Québec, peut l'ordonner. Cependant, avant d'en juger, il doit interroger la personne perturbée.
 - Une demande d'examen ou d'internement présentée à un juge, est faite par requête, et la personne concernée, ainsi qu'un membre de sa famille ou son tuteur ou curateur, doivent être avisés qu'une requête a été déposée.

S'il y a urgence, il n'est pas nécessaire d'aviser la personne concernée.

- Cours municipales
 - Laval
 - Montréal
 - Ouébec

Téléphone († (514) 662-4480 Télécopieur: (514) 662-7507

Téléphone : (514) 872-2534

Téléphone : (418) 691-6340 Télécopieur: (418) 691-6231

Les Cours du Québec

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 296-5534

Matane

Téléphone: (418) 562-2497

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: (418) 668-3334

Chicoutimi

Téléphone : (418) 696-9926 Télécopieur: (418) 698-3559

Jonquière

Téléphone: (418) 547-2184

Québec

Téléphone : (418) 649-3400 Télécopieur: (418) 646-7734

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 372-4150 Télécopieur: (819) 371-6096

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 822-6902 Télécopieur: (819) 820-3134

Montréal

Téléphone : (514) 393-2721 Télécopieur: (514) 873-6815

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 776-8100 Télécopieur: (819) 772-3347

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Téléphone : (418) 732-8732

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 764-6709

Val d'Or

Téléphone: (819) 825-6462

Côte-Nord

Sept-Îles

Téléphone : (418) 962-5873 Télécopieur: (418) 968-0714

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

New Carlisle

Téléphone: (418) 752-3376

Percé

Téléphone: (418) 722-3833

Chaudière-Appalaches

Saint-Joseph-de-Beauce

Téléphone: (418) 397-4187

Thetford Mines

Téléphone : (418) 338-2118

Victoriaville

Téléphone : (819) 357-2054 Télécopieur: (819) 357-4105

Laval

Téléphone : (514) 686-5033 Télécopieur: (514) 686-5005

Lanaudière

Joliette

Téléphone : (514) 753-4807 Télécopieur: (514) 752-6831

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone : (514) 431-4407

Montérégie

Longueuil

Téléphone : (514) 646-4009 Télécopieur: (514) 928-7485

Saint-Hyacinthe

Téléphone : (514) 773-8471 Télécopieur: (514) 778-6557 **Saint-Jean-sur-Richelieu** Téléphone : (514) 347-4522

Valleyfield

Téléphone: (514) 370-4006

L'état mental de la personne est grave, il y a danger immédiat

- Cette personne peut être admise temporairement dans un établissement sans qu'il n'y ait besoin de lui faire subir un examen.
- Dans les 48 heures après son admission, la personne doit être soumise à un examen clinique psychiatrique.

• Si le médecin conclut dans son rapport à la nécessité d'une garde en établissement, le directeur des services professionnels doit soumettre une requête au juge exactement comme si la personne avait refusé l'examen.

Un examen n'est pas suffisant, l'état du malade est continuellement réévalué

- Une personne gardée en établissement doit subir un nouvel examen au plus tard 21 jours après son admission.
- * Après un premier examen, la personne doit être réexaminée au bout de 3 mois et par la suite, une fois tous les 6 mois.

La garde en établissement (cure fermée) ce n'est pas une fin, c'est un moyen!

La garde en établissement cesse quand :

• le psychiatre délivre un certificat ;

ou

* la fin du traitement est ordonnée par jugement ou par décision de la Commission des affaires sociales.

Les droits d'une personne gardée en établissement (cure fermée)

- L'établissement doit informer la personne par écrit des droits et recours contenus dans cette loi.
- * Si la garde en établissement est terminée, l'établissement doit informer la personne par écrit.
- Le médecin doit aviser la personne (sauf si elle n'est pas en mesure de comprendre), la famille ou la personne responsable, des soins qu'il comptera prodiguer.
- ° Si la personne n'est pas satisfaite, a besoin de conseils ou de renseignements.

L'employé de l'établissement doit remettre les plaintes ou les demandes écrites aux autorités concernées (avocat, notaire, curateur public, Commission des affaires sociales, député de l'Assemblée nationale, Protecteur du citoyen) sans prendre connaissance du contenu du courrier.

Les recours et les plaintes

Il faut s'adresser à la Commission des affaires sociales.

Renseignements

Commission des affaires sociales

Montréal

440, boulevard René-Lévesque Ouest, 6e étage Montréal (Québec) H2Z 1V7

Téléphone : (514) 873-5643

Frais d'appels acceptés si vous passez par la téléphoniste

Québec

1020, route de l'Église, 2e étage Sainte-Foy (Québec) G1V 3V9

Téléphone : (418) 643-3400

Frais d'appels acceptés si vous passez par la téléphoniste

Qui peut?

- · La personne concernée.
- · Les parents et alliés.
- Le tuteur ou le curateur.
- La personne qui a la garde légale.

La santé mentale et la justice

Quand une personne présentant des troubles mentaux commet un délit et qu'elle ne peut éviter l'emprisonnement, elle aura accès, en prison, à une unité d'hébergement spéciale, desservie par un personnel médical. L'Institut Philippe-Pinel accueille et traite aussi une clientèle judiciarisée.

La situation n'est pas urgente, mais la personne a vraiment besoin de soins

Les ressources disponibles en santé mentale au Québec

- 1 Les urgences d'hôpitaux.
- 2 Les hôpitaux psychiatriques.
- 3 Les centres de crise.
- 4 Les hôpitaux de soins de courte durée.
- 5 Les cliniques externes et les programmes de soins de jour.
- 6 · Les CLSC.
- 7 La Corporation professionnelle des psychologues du Québec.
- 8 L'Association des médecins psychiatres du Québec.
- 9 Les associations de parents et amis du malade mental et les groupes d'aide et de soutien.

Les urgences d'hôpitaux

Qu'ils aient ou non un département de psychiatrie ou une urgence psychiatrique, tous les hôpitaux du Québec reçoivent et administrent les soins d'urgence aux gens aux prises avec des troubles mentaux. Toutefois, il est préférable de se présenter à l'hôpital de son secteur qui est généralement situé le plus proche de votre domicile. La personne sera ensuite orientée, selon le cas, vers l'une ou l'autre des ressources qui lui conviennent.

Les hôpitaux à vocation psychiatrique

Ces hôpitaux offrent principalement des services de psychiatrie de courte et de longue durée.

Région de Montréal

- Institut Philippe Pinel de Montréal Psychiatrie-justice
- Hôpital Louis-Hyppolite Lafontaine Urgence psychiatrique

Psychogériatrie (personnes âgées)

Département de psychiatrie

Hôpital Douglas (clientèle anglophone)
 Urgence et département de psychiatrie

Pédopsychiatrie (enfants)

Psychogériatrie (personnes âgées)

Hôpital Rivière-des-Prairies
 Admission (enfants seulement)

Téléphone : (514) 648-8461 Télécopieur: (514) 494-4406

Téléphone : (514) 251-4050 Télécopieur: (514) 251-0856

Téléphone : (514) 251-4025

Téléphone : (514) 251-4036

Téléphone : (514) 761-6131 poste 2221

Télécopieur: (514) 761-4816

Téléphone : (514) 761-6131 poste 2053

Téléphone : (514) 762-3014

Téléphone : (514) 323-7260 Télécopieur: (514) 323-8622

Département de psychiatrie

Pédopsychiatrie

Téléphone : (514) 323-7260

poste 2645

Téléphone : (514) 323-7260

poste 2672

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Hôpital de Mont-Joli Inc. Téléphone : (418) 775-7261 Télécopieur: (418) 775-8607

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Institut Roland Saucier
Téléphone: (418) 549-5474
Télécopieur: (418) 549-8143

Ouébec

Centre hospitalier Robert Giffard Téléphone: (418) 663-5321

Télécopieur: (418) 666-3254

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Centre hospitalier Sainte-Marie

Carrefour Niverville

Téléphone : (819) 379-6893 Télécopieur: (819) 378-9850

Pavillon Arc-en-Ciel

Téléphone : (819) 374-6291 Télécopieur: (819) 378-9850

3 Les centres de crise

Voir la liste au début de ce chapitre.

Les hôpitaux qui ont un département de psychiatrie

Ces hôpitaux, qui offrent des soins de courte durée, présentent un éventail de services médicaux dont les services de psychiatrie, les services d'urgence, les soins en établissement et en clinique externe. Ils ont aussi un programme de jour et d'autres services externes.

Note: Les hôpitaux marqués d'un astérisque * doivent subir des transformations. Nous vous suggérons de téléphoner avant de vous y rendre.

Ailleurs au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Hôpital de Chicoutimi

Téléphone : (418) 549-2195 Télécopieur: (418) 549-7081

Québec

Hôtel-Dieu du Sacré Coeur de Jésus de Québec

Téléphone : (418) 529-6851 Télécopieur: (418) 529-2971

Clinique Roy-Rousseau

Téléphone: (418) 663-5711 Télécopieur: (418) 663-5727 *Hôpital de l'Enfant-Jésus* Téléphone: (418) 649-0252 Télécopieur: (418) 649-5557

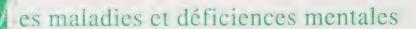
Hôpital Saint-François d'Assise Téléphone : (418) 525-4303

Télécopieur: (418) 525-4426

Baie-Saint-Paul

Centre hospitalier de Charlevoix

Téléphone : (418) 435-5150 Télécopieur: (418) 435-3315







Les hôpitaux avec département de psychiatrie (suite)

Mauricie-Bois-Francs

Centre hospitalier Sainte-Thérèse de Shawinigan

Téléphone : (819) 537-9351 Télécopieur: (819) 537-4737 *Hôtel-Dieu d'Arthabaska* Téléphone : (819) 357-2030

Télécopieur: (819) 357-4314 Centre hospitalier Saint-Joseph de la Tuque

Téléphone : (819) 523-4581 Télécopieur: (819) 523-7992 *Hôpital du Christ-Roi de Nicolet*

Téléphone: (819) 293-2071 Télécopieur: (819) 293-6160

Shawinigan-Sud

Centre hospitalier régional de la Mauricie

Téléphone : (819) 536-7500 Télécopieur: (819) 536-7658

Bernierville
Hôpital Saint-Julien

Téléphone : (418) 428-3771 Télécopieur: (418) 428-9601

Estrie

Hôpital Saint-Vincent de Paul de Sherbrooke*

Téléphone: (819) 563-2366 Télécopieur: (819) 563-7425 Centre hospitalier de Sherbrooke

Téléphone: (819) 569-3661 Télécopieur: (819) 565-1443 Centre hospitalier universitais

Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

Téléphone: (819) 563-5555 Télécopieur: (819) 820-6414 *Hôtel-Dieu de Sherbrooke*

Téléphone : (819) 569-2551 Télécopieur: (819) 822-6766

Drummondville Hôpital Sainte-Croix

Téléphone: (819) 478-6464 Télécopieur: (819) 478-6455

Outaouais

Hull

Centre hospitalier Pierre Janet Téléphone: (819) 771-7761

Télécopieur: (819) 771-2908

Abitibi-Témiscamingue

Centre hospitalier Malartic

Téléphone: (819) 757-4342 Télécopieur: (819) 757-4330 Centre hospitalier Hôtel-Dieu

d'Amos

Téléphone : (819) 732-3341 Télécopieur: (819) 732-0425

Macamic

Centre hospitalier Saint-Jean

Téléphone: (819) 782-4661 Télécopieur: (819) 782-2400 Centre hospitalier Rouyn-

Noranda

Téléphone : (819) 764-5131 Télécopieur: (819) 764-4211

Montréal

Hôpital Jean-Talon

Urgence psychiatrique

Téléphone: (514) 495-6767,

poste 6319

Département psychiatrique

Téléphone: (514) 495-6767,

poste 6225

Pédopsychiatrie (enfant)

Téléphone : (514) 729-3036

Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 495-6767,

poste 6418

Hôpital Notre-Dame

Urgence psychiatrique

Téléphone : (514) 876-6746 Département psychiatrique Téléphone : (514) 876-6540

Pédopsychiatrie

Téléphone: (514) 876-7254

Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 876-6682

Hôpital Saint-Luc

Urgence psychiatrique

Téléphone : (514) 281-6151 Département psychiatrique Téléphone : (514) 281-6155

Hôpital Royal Victoria

Urgence psychiatrique

Téléphone: (514) 842-1231,

poste 4270

Département psychiatrique Téléphone : (514) 842-1231

Pédopsychiatrie

Téléphone: (514) 842-1231,

poste 1619

Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 842-1231,

poste 4530

Hôpital général de Montréal

Urgence psychiatrique

Téléphone : (514) 937-6011 Département psychiatrique

Téléphone : (514) 934-8010

Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone : (514) 934-8010

Hôpital Général Juif Sir Mortimer B. Davis

Sir Mortimer B. Davis
Urgence psychiatrique

Téléphone: (514) 340-8222

Département psychiatrique

Téléphone : (514) 340-8222

Pédopsychiatrie

Téléphone: (514) 340-8226

Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 340-8222

Hôpital de Montréal pour enfants

Urgence générale pour enfants Téléphone : (514) 934-4499

Pédopsychiatrie

Téléphone: (514) 934-4499







Les hôpitaux avec département de psychiatrie (suite)

Hôtel-Dieu de Montréal

Urgence psychiatrique Téléphone: (514) 843-2611,

poste 4712

Département psychiatrique Téléphone: (514) 843-2611,

poste 4308

Hôpital Reddy Memorial*

Urgence

Téléphone: (514) 939-6606 Département de psychiatrie Téléphone: (514) 939-6636

Hôpital Reine-Élisabeth de Montréal *

Urgence psychiatrique Téléphone: (514) 485-5100 Département psychiatrique

Téléphone: (514) 485-5098

Pédopsychiatrie

Téléphone: (514) 485-5106 Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 485-5098

Hôpital Sainte-Justine

Urgence pour enfants

Téléphone: (514) 345-4611 Département psychiatrique

pour enfants et ados

Téléphone: (514) 345-4695

Centre hospitalier de Ste Mary

Urgence psychiatrique Téléphone: (514) 345-3290 Département psychiatrique Téléphone: (514) 345-3417 Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 345-3557

Hôpital Maisonneuve-Rosemont Urgence psychiatrique

Téléphone: (514) 252-3914 Département psychiatrique Téléphone: (514) 252-3914

Pédopsychiatrie

Téléphone: (514) 252-3923 Psychogériatrie (personnes âgées)

Téléphone: (514) 252-3919

Hôpital du Sacré-Coeur de Montréal

Pavillon Albert-Prévost Urgence psychiatrique Téléphone: (514) 338-4212 Département psychiatrique Téléphone: (514) 338-4237 Pédopsychiatrie (enfant)

Téléphone: (514) 338-4325 Psychogériatrie (personnes âgées) Téléphone: (514) 338-4390

Hôpital Fleury

Urgence

Téléphone: (514) 383-5050 Département psychiatrique Téléphone: (514) 381-9311,

poste 3210

Hôpital général du Lakeshore

Urgence psychiatrique Téléphone: (514) 630-2163 Département de psychiatrie Téléphone: (514) 630-4036 Hôpital Sainte-Jeanne D'arc

de Montréal

Téléphone: (514) 282-6090

Côte-Nord

Centre hospitalier régional de Sept-Îles

Téléphone: (418) 962-9761 Télécopieur: (418) 968-9723

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Centre hospitalier Mgr Ross

Téléphone: (418) 368-2291 Télécopieur: (418) 368-6730

Maria

Centre hospitalier Baie-des-Chaleurs

Téléphone: (418) 759-3443 Télécopieur: (418) 759-5063

Cap-aux-Meules

Centre hospitalier de l'Archipel Téléphone: (418) 986-2121 Télécopieur: (418) 986-6845

Sainte-Anne-des-Monts

Hôpital des Monts Téléphone: (418) 763-2261

Télécopieur: (418) 763-7460

Chaudière-Appalaches

Lac Etchemin

Le Sanatorium Bégin

Téléphone: (418) 625-3101 Télécopieur: (418) 625-3109

Thetford Mines

Centre hospitalier de la région de l'amiante

Téléphone: (418) 338-7777 Télécopieur: (418) 335-7616

Hôtel-Dieu de Lévis

Téléphone: (418) 835-7121 Télécopieur: (418) 835-7143

Laval

Cité de la santé de Laval

Urgence psychiatrique

Téléphone: (514) 975-5500 Département de psychiatrie Téléphone: (514) 975-5504

Psychogériatrie

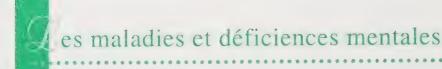
Téléphone: (514) 975-5544

Lanaudière

Repentigny

Centre hospitalier Le Gardeur Téléphone: (514) 654-7525 Télécopieur: (514) 585-5939 Saint-Charles-Borromée Centre hospitalier Delanaudière

Téléphone: (514) 759-8222 Télécopieur: (514) 759-7969



An Ouébec



Les hôpitaux avec département de psychiatrie (suite)

Laurentides

Hôtel-Dieu de Saint-Jérôme Téléphone : (514) 431-8200 Télécopieur: (514) 431-8244

L'Annonciation

Centre hospitalier et centre de réadaptation Hautes-Vallées
Téléphone : (819) 275-2118

Télécopieur: (819) 275-2464

Montérégie

Centre hospitalier de Valleyfield

Téléphone : (514) 371-9920 Télécopieur : (514) 371-3607

Hôtel-Dieu de Sorel

Téléphone : (514) 746-6000 Télécopieur: (514) 746-2782 Saint-Jean-sur-Richelieu

Hôpital du Haut-Richelieu Téléphone : (514) 359-5000

Télécopieur: (514) 359-5064

Greenfield Park

Hôpital Charles Lemoyne

Téléphone : (514) 466-5000 Télécopieur: (514) 466-5779

Longueuil

Centre hospitalier Pierre-Boucher

Téléphone: (514) 468-8221 Télécopieur: (514) 468-4116 *Centre hospitalier de Granby* Téléphone: (514) 372-5491 Télécopieur: (514) 375-8032

5 Les cliniques externes et les programmes de soins de jour

En général, chaque centre hospitalier offre les services d'une ou plusieurs cliniques externes où des intervenants assurent le suivi des personnes ayant des problèmes de santé mentale.

Certains programmes peuvent aussi être suivis en hôpital de jour ou en centre de jour avec soins de réadaptation. Psychiatres, infirmières, travailleurs sociaux et ergothérapeutes forment l'équipe de soins. Il faut habituellement prendre rendezvous avec eux avant de recevoir les soins appropriés.

6 Les CLSC

Le Centre local de services communautaires est un organisme gouvernemental qui offre des services de santé et des services sociaux. C'est la première ressource à consulter pour obtenir de l'aide ou de l'information relative à la santé en général. Les CLSC mettent surtout l'accent sur la prévention des crises en santé mentale et certains d'entre eux offrent des programmes de santé mentale.

C'est pourquoi, si vous ne savez pas à qui vous adresser pour obtenir de l'aide, vous devez consulter le CLSC le plus près de chez vous. La Fédération des CLSC du Québec vous donnera le numéro de téléphone de celui qui se trouve le plus près de votre domicile.

La Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

L'Ordre des psychologues du Québec

Dépresssion, anxiété, besoin d'aide pour faire le point, le psychologue est là pour vous aider. Cependant, il n'est pas toujours facile de choisir le psychologue qui nous convient. Face à ce besoin d'aide de plus en plus pressant, l'Ordre des psychologues du Québec a mis au point un service de référence téléphonique qui permet d'obtenir les noms et les numéros de téléphone de psychologues reconnus. C'est rapide, sans frais et confidentiel.

Vous devez défrayer les coûts des services offerts par les psychologues. Ils ne sont pas remboursés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ). Pour un remboursement éventuel, veuillez vérifier auprès de votre assureur personnel.

Service d'orientation téléphonique

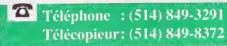
Téléphone : (514) 738-1881 Sans frais : 1800 363-2644

L'Association des médecins psychiatres du Québec

Le psychiatre est le seul médecin qui soit spécialisé dans le traitement des maladies mentales. Il est membre de la Corporation professionnelle des médecins du Québec. Sa longue formation lui permet de maîtriser les techniques les plus avancées dans la prévention, le diagnostic et le traitement des maladies mentales. Comme tous les médecins, il peut prescrire des médicaments, lorsque c'est nécessaire. Le psychiatre pratique en cabinet privé et à l'hôpital où il travaille en collaboration avec les travailleurs sociaux, les psychologues et des infirmières. Ses services sont défrayés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ).

 L'Association des médecins psychiatres du Québec
 Complexe Desjardins Tour de l'Est, 30e étage
 P. 216
 Succursale Desjardins
 Montréal (Québec) H5B 1G8 Téléphone : (514) 350-5128

- Les associations de parents et amis du malade mental et les groupes d'aide et de soutien.
 - L'Association canadienne pour la santé mentale
 Division du Québec
 550, rue Sherbrooke Ouest, bureau 310
 Montréal (Québec) H3A 1B9



Objectifs

- Promouvoir la santé mentale par l'éducation, l'information et la sensibilisation.
- Favoriser la recherche dans la prévention et le traitement des maladies mentales.
- Encourager l'établissement des services professionnels.

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 723-6416 Télécopieur: (418) 722-3535

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 549-0765 Télécopieur: (418) 549-7568

Roberval

Téléphone : (418) 275-2405 Télécopieur: (418) 275-5807

Québec

Téléphone : (418) 529-1979 Télécopieur: (418) 653-2822

Montréal

Téléphone : (514) 521-4993 Télécopieur: (514) 521-3270

Côte-Nord

Port-Cartier

Téléphone : (418) 766-4476 Sans frais : 1 800 363-4476

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone : (418) 835-5920 Télécopieur: (418) 835-1850

Laval

Téléphone: (514) 681-5489

Montérégie

Dorion

Téléphone : (514) 455-8986 Télécopieur : (514) 455-1228

Sorel

Téléphone : (514) 746-5515

Longueuil

Téléphone : (514) 670-0730,

poste 589

Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone : (514) 358-4441

Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale 1990, boulevard Charest Ouest Sainte-Foy (Québec) G1N 4K8



Objectif

La F.F.A.P.A.M.M.veut faire mieux comprendre les maladies mentales afin que les personnes qui en sont atteintes et leurs familles bénéficient d'une meilleure qualité de vie. Elle a comme principal objectif de soutenir les associations-membres dans leur développement et d'assurer une liaison entre chacune d'elles.

Services offerts par la fédération

• Soutenir les associations-membres dans leur dévoloppement et assurer une liaison entre chacune d'elles.



- Favoriser la communication et l'échange entre les membres.
- Créer des programmes de communication et d'éducation afin d'aider les associations membres dans leur fonctionnement.
- Représenter et revendiquer les droits des familles auprès des partenaires et instances décisionnelles.
- Sensibiliser l'opinion publique aux problèmes reliés à la maladie mentale et à ses répercussions sur les familles.
- Collaborer à l'amélioration de la qualité de vie des familles de même qu'à celle de leurs proches atteints de maladie mentale.
- Promouvoir des projets novateurs et le développement d'expertises répondant aux besoins des familles et de leurs organisations.

Services offerts par les associations de familles

- Apporter un support aux familles touchées par la maladie mentale, développer des modes d'entraide et amener familles et amis à découvrir et mieux utiliser leurs propres ressources.
- Favoriser la communication entre la famille et les ressources thérapeutiques.
- Faire connaître les ressources communautaires, aider à les mieux utiliser et, si nécessaire, en promouvoir la création de nouvelles.
- Faire connaître la situation des personnes éprouvées par une problématique en santé mentale et combattre l'ignorance et les préjugés dont elles sont l'objet.
- Promouvoir les intérêts des familles et des amis de la personne atteinte de maladie mentale.
- Sensibiliser le public et les autorités aux difficultés causées par la maladie mentale.

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Matane

Parent-Aise

Téléphone: (418) 562-1921

ou 737-4851 **Rimouski**

La Lueur de l'Espoir Téléphone: (418) 723-6522

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Le Maillon

Téléphone: (418) 543-3463

Roberval
Centre Nelligan

Téléphone: (418) 275-0033

Alma

L'Appui

Téléphone: (418) 668-8706

Québec

La Boussole

Téléphone: (418) 682-3780

Donnacona L'Arc-en-Ciel

Téléphone: (418) 285-5578

Clermont La Marée

Téléphone : (418) 439-3584 Télécopieur: (418) 439-4458

Charlesbourg
Le Cercle Polaire

Téléphone: (418) 623-4636

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

L'A.P.A.M.E.

Téléphone : (819) 478-1216 Télécopieur: (819) 478-0003

Shawinigan Le Périscope

Téléphone: (819) 536-7996

Trois-Rivières Groupe D'Entraide La Lanterne Inc.

Téléphone : (819) 693-2841

Victoriaville

Association Le P.A.S.

Téléphone : (819) 751-2842



Au Québec



Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale (suite)

Estrie

Sherbrooke *A.Q.P.A.M.M.*

Téléphone : (819) 563-1363 Télécopieur: (819) 563-1655

Montréal

Association québécoise des parents et amis du malade mental (A.Q.P.A.M.M.)

Téléphone: (514) 524-7131 Télécopieur: (514) 524-1728 **Montréal-Papineau**

Montreal-Papineau A.Q.P.A.M.M.

Téléphone: (819) 524-7131

Ami Québec (Alliance pour les malades mentaux)
(Clientèle anglophone)

Téléphone : (514) 486-1448 Télécopieur: (514) 482-2041

Lasalle

Association des parents et amis du Bien-Être mental du Sud-Ouest de Montréal

Téléphone: (514) 368-4824 Télécopieur: (514) 366-5008 Association québécoise des parents et amis du malade mental - Saint Laurent (A.P.S.L.B.V.S.M.)

Téléphone: (514) 744-5218 La Parentrie du Nord

Téléphone : (514) 385-6786

Dorval

Les amis de la Santé mentale / Friends for Mental Health Téléphone : (514) 636-6885

Association de jeune adulte

schizophrène

Téléphone : (514) 251-4000,

poste 3400

Outaouais

Hull

L'Apogée

Téléphone : (819) 771-2277 Sans frais : 1 800 363-0718 Télécopieur: (819) 771-5566

Abitibi-Témiscamingue

Val d'Or

Valpaben Inc.

Téléphone: (819) 738-5723

Côte Nord

A.P.A.M.M. de Baie Comeau Téléphone : (418) 295-2090 A.P.A.M.M. de Sept-Îles Téléphone : (418) 968-0448

1 elephone ; (418) 908-04

ou 962-3402

Gaspésie-Îles de-la-Madeleine

Chandler

L'éclaircie

Téléphone: (418) 689-6100

Caplan

Nouveau Regard

Téléphone: (418) 388-2057

Chaudière-Appalaches

Lévis

Le Contrevent

Téléphone: (418) 835-1967

Montmagny

L'Ancre

Téléphone : (418) 248-0068

Saint-Georges

Le Sillon Beauce-Etchemin

Téléphone : (418) 227-6464 Télécopieur: (418) 227-6938

Laval

A.L.P.A.B.E.M.

Téléphone : (514) 661-0541 Télécopieur : (514) 661-6421

Lanaudière

Joliette

La lueur du phare de Lanaudière

Téléphone : (514) 752-4544 Sans frais : 1 800 465-4544

Laurentides

Saint-Jérôme

A.P.A.M.M.

Téléphone : (514) 438-4291 Sans frais : 1 800 663-0659

Mont-Laurier

Comité d'entraide l'extension Téléphone : (819) 623-3843

Montérégie

Longueuil

A.P.A.M.M. - RS

Téléphone : (514) 677-5697 Télécopieur: (514) 743-2300

Sorel

A.P.A.M.M. - Bas Richelieu

Téléphone : (514) 743-2300

Granby A.P.A.M.M.

Téléphone : (514) 777-7131 Saint-Jean-sur-Richelieu

A.P.A.M.M. - HR

Téléphone : (514)346-5252 L'Accolade Châteauguay Téléphone : (514) 699-7059

Saint-Hyacinthe

Le Phare

Téléphone : (514) 773-7202 Télécopieur : (514) 773-5117

Valleyfield

Association des parents et amis et des patients en santé mentale du Sud-Ouest

Téléphone : (514) 377-3126 Télécopieur: (514) 377-4571

 Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec Inc.
 4218, rue Saint-Denis
 Montréal (Québec) H2J 2K8



Objectif

Le Regroupement représente plus d'une centaine de ressources communautaires (organismes sans but lucratif) actives dans le domaine de la santé mentale au Québec. Par le biais de différentes activités : hébergement, accompagnement communautaire, entraide, psychothérapies, etc., ces organismes offrent au public des alternatives aux services offerts dans le réseau des établissements de santé. Leur but commun est de favoriser la prise en charge des personnes par elles-mêmes dans la perspective d'une réappropriation de leur pouvoir. On y favorise l'exercice entier des droits et devoirs de citoyenneté ainsi que la participation à la vie associative de la ressource.

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Centre d'entraide l'Horizon de Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-2333

Rivière-du-Loup

La bouffée d'Air du KRTB Téléphone : (418) 867-8580

Matane Le Marigot

Téléphone: (418) 562-4247

Amqui

Rayon de partage en santé

mentale

Téléphone: (418) 629-5197

Saguenay-Lac Saint-Jean

Jonquière

Centre de rencontre et de référence l'Escale

Téléphone: (418) 547-3644

La Baie

Centre de rencontre Le Phare Téléphone : (418) 544-9301

Dolbeau

Centre de santé mentale

l'Arrimage

Téléphone : (418) 276-6498 Télécopieur: (418) 276-7925

Alma

Groupe Le Pas

Téléphone: (418) 668-8706

Chicoutimi

Les résidences Maison blanche

Téléphone : (418) 693-9323

Ouébec

Beauport

Comité des résidents du Centre Hospitalier Robert-Giffard

Téléphone : (418) 663-5211, local 6788

Limoilou

Relais La Chaumine

Téléphone : (418) 529-4064

Québec Le 388

Téléphone : (418) 522-1555 Télécopieur: (418) 683-1935

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Au bout du Fil Drummond
Téléphone: (819) 478-5806
Les Ateliers du second souffle
Téléphone: (819) 478-3134
Réseau d'aide Le Tremplin
Téléphone: (819) 474-1895
Groupe d'entraide L'Entracte
Téléphone: (819) 474-6254

La Tuque

Groupe Facile d'accès
Téléphone: (819) 523-4952

Nicolet La Ruche

Téléphone: (819) 293-6416

Trois-Rivières
Le Traversier

Téléphone : (819) 371-2420 Service Prévention Suicide

de Trois-Rivières

Téléphone: (819) 379-9238



Au Ouébec



Regroupement des ressources alternatives en santé mentale (suite)

Estrie

Lac Mégantic

Association L'Envol

Téléphone: (819) 583-5290

Magog

Centre de Transition l'Élan

Téléphone: (819) 843-8885 Télécopieur: (819) 843-8702

Sherbrooke L'autre-Rive

Téléphone: (819) 564-0676

L'Éveil de Coaticook

Téléphone: (819) 849-3003

Sherbrooke

La Cordée

Téléphone: (819) 565-1225

Richmond

Le Rivage Val Saint-François

Téléphone: (819) 826-5303

Weedon

Virage santé mentale

Téléphone: (819) 877-2674

Montréal

Accès-Cible s.m.t.

Téléphone: (514) 525-8888

Télécopieur: (514) 525-9249

Action Santé de Pointe

Saint-Charles

Téléphone: (514) 933-5771

Association des groupes

d'intervention en défense de

droits-santé mentale du Québec

Téléphone: (514) 845-2807

Atelier d'artisanat

du Centre-Ville

Téléphone: (514) 844-6458 Association d'agoraphobes

anonymes de Verdun

Téléphone: (514) 769-0336

CENTRAMI

Téléphone : (514) 761-1509

Centre d'activités pour le maintien de l'équilibre *émotionnel (CAMEE)*

Téléphone : (514) 327-3035

Centre d'Apprentissage

Parallèle (CAP)

Téléphone: (514) 843-5658 Centre de soir Denise Massé

Téléphone: (514) 525-8059

Club AMI

Téléphone: (514) 342-8015

Communauté thérapeutique

La Chrysalide

Téléphone: (514) 866-6974

Déprimés anonymes

Téléphone: (514) 278-2133 Télécopieur: (514) 278-5677

La Maison des amis du Plateau

Mont-Royal

Téléphone: (514) 527-1344

La Maison grise de Montréal Téléphone: (514) 722-0009

ou 722-1176

Le Clic

Téléphone: (514) 494-6457

Maison Saint-Dominique

Téléphone: (514) 845-7793

Maison Saint-Jacques

Téléphone : (514) 526-4132

Télécopieur: (514) 526-2731

Projets PART

Téléphone: (514) 526-7278

Télécopieur: (514) 526-7569

Relax-Action

Téléphone: (514) 385-4868

Télécopieur: (514) 749-6379

Solidarité-Psychiatrie

Téléphone: (514) 271-1653

Prise II

Téléphone: (514) 858-0111

Télécopieur: (514) 858-1153

Anjou

Les Messagères de l'espoir

Téléphone: (514) 353-1479

Dorval

Centre Omega

Téléphone : (514) 631-2760 Les Amis de la santé mentale

(banlieue ouest)

Téléphone: (514) 636-6885

Lasalle

Projet suivi communautaire

Téléphone: (514) 366-0891

Pierrefonds

Centre Bienvenue

Téléphone: (514) 626-2572,

poste 357

Pointe-Claire

Perspectives communautaires en

santé mentale du West Island

Téléphone: (514) 694-3692

Verdun

L'Autre Maison-Centre de crise

du Sud-Ouest

Téléphone: (514) 768-7225

Télécopieur: (514) 768-6462

Maison de transiton de PAL

Téléphone: (514) 761-1351

Projet PAL Inc.

Téléphone: (514) 767-4701

Outaquais

Gatineau

Centre Inter-Section

Téléphone: (819) 568-4555

Buckingham

Organisation de développement

d'entraide communautaire

(ODEC)

Téléphone: (819) 986-9777

Abitibi-Témiscamingue

Groupe Soleil Malartic

Téléphone: (819) 757-6032



Au Québec



Regroupement des ressources alternatives en santé mentale (suite)

Amos

La Giboulée

Téléphone: (819) 727-2989

Val d'Or

La Petite Rencontre

Téléphone: (819) 825-7135

Ville-Marie

Regroupement d'entraide sociale

du Témiscamingue

Téléphone: (819) 622-0765

Côte-Nord

Baie Comeau

CREAM

Téléphone : (418) 295-3328 La Maison de transition Le Gîte

de Baie Comeau

Téléphone: (418) 589-2211

Sept-Îles L'Âtre

Téléphone: (418) 962-6006

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

New-Richmond

Association d'entraide pour la santé mentale de la Gaspésie Téléphone : (418) 392-4888

Sainte-Anne-des-Monts

Groupe d'action sociale et psychiatrique des Monts (GASP)

Téléphone: (418) 763-2321

Chandler *L'Éclaircie*

Téléphone: (418) 689-6100

Chaudière-Appalaches

Saint-Anselme

Centre La Barre du jour Téléphone : (418) 885-8211

Laval

Association de loisirs des personnes handicapées psychiques de Laval

Téléphone: (514) 663-9199

ou 627-4525

Centre d'implication libre de Laval en réadaptation sociale (CILL)

Téléphone : (514) 668-1771

Le CAFGRAF

Téléphone: (514) 668-6432

Lanaudière

Joliette

La Bonne Étoile

Téléphone: (514) 759-8853

Rawdon

La Rescousse Montcalm-

Jolimont

Téléphone: (514) 834-3151

Terrebonne

Le Vaisseau d'Or Inc. Téléphone: (514) 964-2418

Laurentides

L'Annonciation

L'Arc-en-Soi

Téléphone: (819) 275-2060

Montérégie

Longueuil

Alternative Centregens

Téléphone: (514) 651-0651

Carrefour Le Moutier

Téléphone: (514) 679-5029

ou 679-7111

Télécopieur: (514) 679-5562

Hébergement l'Entre-Deux

Téléphone: (514) 651-0715

Saint-Hyacinthe

Contact-Richelieu-Yamaska

Téléphone: (514) 774-6952

Sore

Groupe d'entraide L'Arrêt-Court

Téléphone: (514) 743-6071

L'Élan-Demain

Téléphone: (514) 773-1022

Granby

L'Autre Versant

Téléphone: (514) 777-7611

La Prairie

L'Avant-garde en santé mentale

Téléphone : (514) 444-9661 La Maison sous les arbres

Châteauguay

Téléphone : (514) 691-8882 Télécopieur : (514) 923-2782

Sorel

La Source

Téléphone: (514) 743-2821

Saint-Hubert Le CACHOU

Téléphone: (514) 672-8725

Saint-Rémi Le Campagnoli

Téléphone: (514) 454-5121

Saint-Rémi Le Goéland

Téléphone: (514) 454-4990

ou (514) 454-5177

Beauharnois

Le groupe d'entraide Le Dalhia

Téléphone: (514) 225-0696

Granby
Le Passant

Téléphone : (514) 375-4404 Saint-Jean-sur-Richelieu

Le Point Commun

Téléphone: (514) 346-5706

Valleyfield Le Tournant

Téléphone: (514) 371-2820

Saint-Hyacinthe

Maison alternative de

développement humain (MADH)

Téléphone: (514) 774-6139

Granby

Maison d'hébergement

l'Arc-en-Ciel

Téléphone: (514) 375-1541

Saint-Hubert
Maison Vivre

Téléphone: (514) 465-0264

es maladies et déficiences mentales



Au Québec



Regroupement des ressources alternatives en santé mentale (suite)

Montérégie

Sainte-Julie *Phobies-Zéro*

Téléphone: (514) 276-3105 Télécopieur: (514) 922-5935 **Saint-Jean-sur-Richelieu**

Pi-Après

Téléphone: (514) 359-1182

Valleyfield

Psycohésion

Téléphone: (514) 377-9321

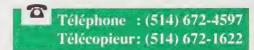
Longueuil

Service de réinsertion sociale

de la Rive-Sud

Téléphone : (514) 646-5381 Télécopieur: (514) 646-5381

Fondation québécoise des maladies mentales 801, rue Sherbrooke Est, bureau 300 Montréal (Québec) H2L 1K7



Objectifs

- Informer la population sur les causes, la nature et les traitements des maladies mentales.
- Supporter la recherche qui vise à trouver de meilleurs traitements pour la maladie mentale.
- Aider financièrement les ressources qui offrent un soutien direct aux personnes souffrant de maladie mentale.

Autres ressources disponibles en santé mentale

• Projet ARC Inc.

3600, rue Barclay, local 460 Montréal (Québec) H3S 1K5

Téléphone : (514) 735-9399

Objectifs

- Améliorer la qualité de vie de sa clientèle grâce à une meilleure gestion du quotidien et l'hébergement stable.
- Briser l'isolement des individus affectés par la maladie mentale afin de diminuer la réhospitalisation.
- Offrir un support aux familles de personnes souffrant de maladie mentale.
- · Faire tomber les préjugés sur la maladie mentale.



Services offerts

- Suivi communautaire destiné à des adultes ayant des troubles mentaux sévères et persistants (rencontres, écoute téléphonique, activités diverses, accompagnement, conseils concernant la vie quotidienne, intervention en situation de crise, références à d'autres ressources, etc.). Certaines problématiques ne sont pas desservies : psychose sénile, déficience mentale, syndrome cérébral organique, itinérance et alcoolisme ou toxicomanie chronique.
- Programme de répit-dépannage : destiné aux familles et aux proches, le programme comprend : accueil et information, identification de ressources utiles à long terme, éducation, hébergement de dépannage, relève à domicile et à l'extérieur, écoute téléphonique, accompagnement, activités diverses.
- Les services se donnent dans la communauté et non au local de ARC.

• Espoir

Service d'intervention en santé mentale 1704, rue Saint-Georges Lemoyne (Québec) J4P 3J2



Description

Espoir offre un support et une aide en réadaptation, réinsertion sociale, hébergement transitoire et un suivi dans la communauté, à des adultes connaissant des difficultés émotionnelles ou psychiatriques.

Objectif

Soutenir les individus dans leur processus de réactualisation, de développement et de maintien du plus haut niveau possible d'autonomie afin qu'ils puissent s'intégrer et participer à la vie de leur communauté.

Services offerts

Structuration personnelle

• Encadrement individuel, programme d'activités de jour, support et counselling individuel.

Développement personnel

- Programme d'activités de jour favorisant le développement de l'autonomie sociale (sorties culturelles et éducatives, café-rencontre, journal, groupes de discussion).
- Soutien et conseil individuel pour l'acquisition d'habiletés au niveau social, interpersonnel et occupationnel.

es maladies et déficiences mentales

Besoin résidentiel

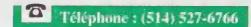
- Appartements de transition supervisés.
- Hébergement-dépannage de courte durée pour les individus en démarche active de réinsertion sociale.

Soutien et suivi

- Soutien et conseil individuel pour le développement d'habiletés personnelles, sociales et professionnelles.
- Programme de suivi externe permettant une harmonieuse insertion des individus dans leur communauté.
- Travailler dans une perspective interculturelle.

Pracom

Programme Alternatif Communautaire 1995, rue Marie-Anne Est Montréal (Québec) H2H 1M3



Description

Pracom est un service communautaire pour personnes ayant des problèmes de santé mentale. Ce service s'adresse aux adultes ayant connu ou connaissant des difficultés psychiatriques et d'adaptation.

Objectif

Offrir un soutien et un environnement dans lequel les personnes pourront développer les habilités nécessaires à l'autonomie et à l'intégration sociale.

Services offerts

Diverses activités sont offertes en journée et en soirée :

- · activités artistiques;
- ° café-rencontres;
- ° activités sportives ;
- bingo;
- ° soirées dansantes;
- * relaxation, etc.

De plus, des sorties sont organisées à l'extérieur de Montréal, dans divers endroits (plages, théâtres, etc.).

Description

a toxicomanie et l'alcoolisme (qui est un type de toxicomanie) peuvent se définir comme un état d'intoxication périodique ou chronique engendré par la consommation répétée d'une drogue naturelle ou synthétique. L'alcoolisme, qui est la toxicomanie la plus répandue, engendre des coûts sociaux de 1,5 milliards de dollars annuellement au Québec. Le risque d'alcoolisme est de 5 % dans la population en général.

Symptômes

Les caractéristiques les plus importantes de la toxicomanie sont :

- un désir ou besoin invincible de consommer une drogue et de se la procurer par tous les moyens;
- une tendance à augmenter la dose (tolérance);
- une dépendance psychologique et souvent physique à l'égard des effets de la drogue ;
- des conséquences nuisibles d'ordres émotif, social et économique ;

L'abus d'alcool et des autres drogues engendre également une multitude de problèmes de santé physique.

Causes

Les causes de l'alcoolisme sont des plus étudiées. Deux théories sont envisagées pour expliquer le développement de l'alcoolisme. La première considère l'alcoolisme comme une maladie avec une composante biologique importante. Comme un fils d'alcoolique court environ quatre fois plus de risques de développer ce problème, on peut raisonnablement penser que l'alcoolisme est en partie héréditaire. L'autre modèle proposé pour expliquer l'alcoolisme (et la toxicomanie) est la théorie psycho-sociale. Les drogues sont prises dans le but de masquer et d'oublier pendant quelque temps certains problèmes psychologiques et sociaux. Beaucoup de drogues réduisent les inhibitions. L'entourage de la personne peut aussi avoir un impact. L'alcool est perçu souvent comme faisant partie d'une soirée réussie et les premières consommations de drogue se font sous la pression des pairs.

Traitements

La toxicomanie est souvent traitée en cure fermée où la drogue n'est plus disponible. Certains médicaments (ex. : méthadone) sont donnés pour faciliter le sevrage et des thérapies diverses sont proposées afin de permettre à la personne toxicomane de ne plus retomber dans des comportements à risques.

Associations et organismes

 Drogue : aide et référence Adresse confidentielle Montréal (Québec)



Objectif

Drogue : aide et référence a pour objectif de guider les gens qui ont des problèmes de surconsommation de drogues, d'alcool ou de médicaments vers les ressources nécessaires.

Services offerts

Un service de ligne téléphonique est offert. Cette ligne, bilingue, strictement confidentielle et accessible en tout temps, permet aux gens de :

- connaître les ressources :
- · comprendre les conséquences de l'usage de drogues ou d'alcool;
- trouver une oreille attentive et obtenir des renseignements pertinents, vérifiés et constamment mis à jour ;
- aider un proche à sortir de la dépendance aux drogues.

Réseau du ministère de la Santé et des Services sociaux

Le réseau de la Santé divise ses ressources en trois catégories :

- 1 services de désintoxication avec hébergement ;
- 2 services de réadaptation avec hébergement ;
- 3 services de réadaptation en milieu de vie (externe).

La désintoxication

La désintoxication est le rétablissement des fonctions physiologiques et psychologiques altérées par la consommation d'alcool ou de drogue. Synonyme de sevrage, la désintoxication peut être médicalisée ou non, dépendamment de la nature et de l'intensité de l'intoxication.

La réadaptation

La réadaptation est l'ensemble des démarches visant à offrir à la personne les outils nécessaires pour reconstruire son équilibre psychologique et social après l'arrêt de consommation de drogue ou d'alcool.



1. Les services de désintoxication avec hébergement

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

La Pocatière

Hôpital Notre-Dame de Fatima (adultes)

Téléphone: (418) 856-3540

Rivière-du-Loup

Centre hospitalier du Grand-Portage (adultes)

Téléphone : (418) 862-8261

Centre hospitalier régional de Rimouski (adultes)

Téléphone: (418) 722-7400

Saguenay-Lac Saint-Jean

Centre hospitalier de Jonquière (adultes)

Téléphone: (418) 547-3651 *Hôtel-Dieu d'Alma (adultes)* Téléphone: (418) 662-3421

Hôtel-Dieu de Roberval (adultes)

Téléphone: (418) 275-0110

Ouébec

Hôpital Saint-François d'Assise (adultes)

Téléphone: (418) 525-4315

Mauricie-Bois-Francs

Hôpital Saint-Joseph de La Tuque (adultes)

Téléphone: (819) 523-4581

Drummondville

Hôpital Sainte-Croix (adultes)

Téléphone: (819) 478-6446

Estrie

Sherbrooke

Centre Jean-Patrice Chiasson Maison Saint-Georges (adultes) Téléphone: (819) 821-2500

Montréal

Hôpital Général de Montréal (adultes)

Téléphone : (514) 984-8013 *Hôpital Saint-Luc (adultes)* Téléphone : (514) 281-3425

Outaouais

Hull

Pavillon Jellinek (adultes) Téléphone: (819) 776-5584

Chaudière-Appalaches

Centre Hospitalier

de Beauceville (adultes et jeunes)

Téléphone: (418) 774-3304

Thetford Mines

Centre Hospitalier de la région de l'Amiante inc. (adultes)

Téléphone: (418) 338-7777

Centre Hospitalier Hôtel-Dieu

de Lévis (adultes)

Téléphone : (418) 835-7121 Centre Hospitalier Hôtel-Dieu

de Montmagny (adultes)

Téléphone: (418) 248-0630

Lanaudière

Joliette

Le Tremplin (adultes)
Téléphone: (514) 755-6655

Laurentides

Saint-Jérôme

Pavillon André Boudreau

(adultes)

Téléphone : (514) 432-1395

Montérégie

Saint-Hubert

Centre de réadaptation Montérégie (adultes)

Téléphone: (514) 443-2100

2. Les services de réadaptation avec hébergement

Au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Centre Hospitalier de Jonquière (adultes)

Téléphone: (418) 547-3651 Hôtel-Dieu de Roberval (adultes) Téléphone: (418) 275-0110

Roberval

Institut La Chesnaie inc. (jeunes) Téléphone: (418) 275-2541

La Baie

Le Havre du Fjord (jeunes) Téléphone: (418) 544-8582

Ouébec

Hôpital Saint-François d'Assise (adultes)

Téléphone: (418) 525-4315

Sainte-Foy

Carrefour Ubald-Villeneuve (adultes)

Téléphone: (418) 657-1668 Centre Jean-Lapointe pour adolescent(e)s (jeunes) Téléphone: (418) 523-1218

Mauricie-Bois-Francs

Pointe-du-Lac

Domrémy (adultes)

Téléphone: (819) 377-2441 Hôpital Saint-Joseph de La Tuque (adultes) Téléphone: (819) 523-4581

Estrie

Sherbrooke

Centre Jean-Patrice Chiasson Maison Saint-Georges (adultes) Téléphone: (819) 821-2500

Montréal

Centre de réadaptation Alternatives (adultes, jeunes et clientèle anglophone) Téléphone: (514) 385-6444 Centre de réadaptation Préfontaine (adultes)

Téléphone: (514) 521-1280 Le programme Le Portage inc.

(adultes et jeunes)

Téléphone: (514) 939 0202 Maison Jean-Lapointe (adultes) Téléphone: (514) 288-2611

Pierrefonds

Centre Jean-Lapointe pour adolescent(e)s (jeunes)

Téléphone: (514) 620-1218 Centre de réadaptation Domrémy-Montréal (adultes)

Téléphone: (514) 626-0220

Outaouais

Hull

Pavillon Jellinek (adultes) Téléphone: (819) 776-5584

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Centre d'accueil Normand (adultes)

Téléphone: (819) 732-8241

Côte-Nord

Baie-Comeau

Centre d'accueil N. A. Labrie (adultes et jeunes)

Téléphone: (418) 589-5704

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Sainte-Anne-des-Monts

L'Escale (adultes et jeunes) Téléphone: (418) 763-5000 Téléphone: (418) 763-9024

Chaudière-Appalaches

Lévis

Résidence Alto (adultes) Téléphone: (418) 835-0208

Saint-Georges

Résidence Raymond-Drolet

(adultes)

Téléphone: (418) 228-2434

Lanaudière

Joliette

Le Tremplin (adultes) Téléphone: (514) 755-6655

Laurentides

Saint-Jérôme

Pavillon André Boudreau (adultes et jeunes)

Téléphone: (514) 432-1395

Montérégie

Saint-Hubert

Le Virage (adultes)

Téléphone: (514) 443-2100

Saint-Philippe-de-Laprairie

Pavillon Foster (adultes et clientèle anglophone)

Téléphone: (514) 659-8911

3. Les services de réadaptation en milieu de vie (externe)

Beaucoup d'endroits offrent ce genre de services au Québec. Pour connaître les endroits où ils sont offerts, contactez le CLSC le plus près de chez vous ou **Drogue :** aide et référence afin d'obtenir les coordonnées de ces endroits. Bon nombre de CLSC offrent eux-mêmes les services. Pour connaître le CLSC de votre région, contactez :

♦ La Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661 Télécopieur: (514) 873-7062

 Fédération québécoise des centres de réadaptation pour personnes alcooliques et autres toxicomanes

1001, boulevard de Maisonneuve Est, bureau 1110 Montréal (Québec) H2L 4P9

Téléphone : (514) 597-1007 Télécopieur: (514) 873-5411

Objectifs

- Regroupement au sein d'une structure permanente des centres de réadaptation pour alcooliques et toxicomanes.
- Défense et promotion des intérêts des usagers des centres en ce qui concerne la prestation de services adéquats.
- Promotion de la qualité et de la gestion efficace des différentes ressources des centres.
- Contribution au développement de la recherche sur le traitement de l'alcoolisme et de la toxicomanie.
- Promotion de la collaboration entre tous les intervenants du milieu.
- Défense et promotion des intérêts des membres en ce qui concerne les prestations de services adéquats aux usagers.

Services offerts

La Fédération offre les services généraux suivants :

- · développement des compétences du personnel professionnel des centres ;
- contribution à l'élaboration de normes de reconnaissance des organismes en vue de guider les futurs usagers vers des centres valables ;
- partenariat entre les centres et les autres intervenants du milieu (par exemple, les services à la jeunesse et les services communautaires).

Les centres offrent plusieurs programmes pouvant s'adapter à la situation spécifique de chaque usager :

- accueil, évaluation, orientation;
- développement personnel;
- services à l'entourage;

- désintoxication;
- intégration sociale;
- services à la communauté.

Au Québec



Les centres membres de la Fédération

Saguenay-Lac Saint-Jean

Roberval

Institut La Chesnaie

Téléphone: (418) 275-2541

Québec

Sainte-Foy

 ${\it Carre four~Ubald-Villeneuve}$

Téléphone: (418) 657-1668

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Domrémy

Téléphone: (819) 374-4744

Estrie

Sherbrooke

Centre Jean-Patrice Chiasson

Téléphone: (819) 821-2500

Montréal

Domrémy-Montréal

Téléphone: (514) 385-0046

La Maison Jean Lapointe

Téléphone: (514) 288-2611

C.A. le Programme Le Portage

Téléphone : (514) 939-0202

Centre d'accueil Préfontaine

Téléphone: (514) 521-1280 (maison L'Écluse pour hommes)

Téléphone : (514) 521-8054

(maison L'Invitée pour femmes)

Centre d'accueil Alternatives

Téléphone : (514) 385-1791

Telephone . (514) 565-1791

Clinique du Vieux-Montréal

(service externe privé)

Téléphone: (514) 849-6801

Centre de recherche et d'aide

pour les narcomanes (CRAN)

Téléphone: (514) 527-6939

Outaquais

Hull

Pavillon Jellinek

Téléphone: (819) 776-5584

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Centre Normand

Téléphone: (819) 732-8241

Côte-Nord

Baie-Comeau

Centre N.- A. Labrie

Téléphone: (418) 589-5704

Laurentides

Saint-Jérôme

Le Pavillon André Boudreau

Téléphone: (514) 432-1395

Montérégie

Saint-Hubert

Le Virage

Téléphone: (514) 443-2100

Saint-Philippe de Laprairie

Pavillon Foster

(clientèle anglophone)

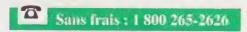
Téléphone: (514) 659-8911

Ressources indépendantes

Plusieurs centres de traitement ne sont affiliés ni au réseau du MSSS ni à la Fédération québécoise des centres de réadaptation pour personnes alcooliques et autres toxicomanes. Certains d'entre eux sont privés et leurs services sont payants.

Renseignements

Drogue : aide et référence



Centres et cliniques de traitement pour autochtones





Saguenay-Lac Saint-Jean

Commission des services communautaires

Téléphone : (418) 275-5386 ou : (418) 275-0097

Maison le refuge

Téléphone: (418) 275-3472

Mauricie-Bois-Francs

Centre de réadaptation Wapan

Téléphone : (819) 523-7641 ou : (819) 523-7642

Télécopieur: (819) 523-7513

Outaouais

Waniki Treatment Centre Téléphone: (819) 449-7000

Abitibi-Témiscamingue

Freedom Centre

Téléphone : (819) 723-2153

Côte-Nord

Centre Ka Uauitshiakanit

Téléphone : (418) 927-2254 Télécopieur: (418) 927-2262

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Mawiomi Treatment Centre

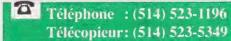
Téléphone : (418) 759-3522 Télécopieur: (418) 759-3048

Laurentides

Onen'to: Kon Treatment Centre

Téléphone : (514) 479-8353 Télécopieur : (514) 479-6022

 Association des Intervenants en Toxicomanie du Québec inc.
 2033, boulevard Saint-Joseph Est Montréal (Québec) H2H 1E5



Objectifs

- Concertation entre les divers intervenants.
- Complémentarité et amélioration des services offerts en toxicomanie.
- Formation continue auprès des membres.
- Groupe de pression auprès des instances gouvernementales.
- Sensibilisation de la collectivité sur l'usage de l'alcool et autres substances toxiques.
- Surveillance et prise de position face à la conduite avec facultés affaiblies.
- Appui et promotion de la recherche en toxicomanie.
- Diffusion de l'information sur les toxicomanies auprès de groupes cibles et du grand public.

Services offerts

- Secrétariat permanent.
- · Centre de documentation et de références.
- Revue trimestrielle d'information sur les toxicomanies «L'INTERVENANT».
- Conseils auprès des milieux universitaires, industriels et autres.
- · Comités d'étude sur différents aspects des toxicomanies.
- Organisation de colloques, séminaires et sessions de formation.
- Vente et location de vidéos, volumes, brochures.
- Alcooliques Anonymes (AA)
 5789-5791, rue d'Iberville
 Montréal (Québec) H2G 2B8



Objectif

Alcooliques Anonymes est un organisme à portée internationale (2 millions de membres dans 141 pays) dont l'objectif principal est d'aider les membres à acquérir la sobriété et la maintenir par le support d'un groupe. La seule condition pour devenir membre est de vouloir arrêter de consommer de l'alcool.

Services offerts

- Les membres AA partagent leur expérience et accueillent ceux qui ont besoin d'aide pour régler leur problème d'alcool.
- Le mode de vie AA (douze étapes) offre à l'alcoolique un moyen de mener une vie satisfaisante sans alcool.
- Divers types de réunions sont offertes, accessibles aux alcooliques et parfois aux non-alcooliques.
- AA ne demande ni cotisation ni droit d'entrée pour ses activités. Le financement de l'organisme se fait via des contributions volontaires.

Pour connaître les groupes AA dans les différentes régions du Québec, veuillez consulter l'annuaire téléphonique.

D'autres organismes ayant sensiblement le même fonctionnement que AA existent, principalement dans la région de Montréal, pour les gens qui souffrent de surconsommation d'autres drogues.

 Pharmacomanes Anonymes : médicaments légaux





Narcotiques Anonymes : narcotiques en tous genres

Téléphone : (514) 525-0333

 Cocaïnomanes Anonymes : cocaïne

- Téléphone : (514) 932-5555
- Co-Anon (clientèle anglophone) : famille et amis de toxicomanes
- Téléphone : (514) 369-2020

♦ JACS (communauté juive)

- Téléphone : (514) 486-9563 ou : (514) 482-3435
- ◆ Al-Anon et Alateen
 Parents et jeunes de 12 à 20 ans vivant
 avec un parent alcoolique
- Téléphone : (514) 729-3034
- Centre d'Aide aux Familles d'Alcooliques et de Toxicomanes (CAFAT)
 111, boulevard des Laurentides Bureau 210
 Laval (Québec) H7G 2T2
- Téléphone : (514) 669-9669 Télécopieur: (514) 669-8199

Objectif

Le Centre, le premier de ce genre au Québec, a pour but de briser le cercle vicieux de la codépendance en aidant les victimes à s'en libérer afin de retrouver l'autonomie nécessaire à une vie saine et active. La codépendance est un syndrome psychologique ayant les caractéristiques générales suivantes : manque d'objectivité, immaturité émotionnelle, dévalorisation de soi et un besoin absolu d'amour et de contrôle. Elle se développe principalement à l'intérieur d'une relation dysfonctionnelle avec une personne alcoolique et/ou toxicomane, qu'il s'agisse d'un parent, d'un enfant ou d'un conjoint.

Services offerts

- Soutien, information, sessions de sensibilisation et d'information.
- Écoute téléphonique.
- Groupe d'entraide pour adultes et jeunes.
- Évaluation et plan de traitement personnalisé.
- Services thérapeutiques individuels, en couple, en famille ou en groupe.
- Ateliers de formation.
- · Conférences et journées d'étude.



Pour savoir s'il existe d'autres centres offrant le même genre de services dans votre région, veuillez communiquer avec :

Drogues : aide et référence

Sans frais : 1 800 265-2626

◆ Sobriété du Canada 835, avenue Brown, local 306 Québec (Québec) G1S 4S1 Téléphone : (418) 527-3485

Objectif

La préoccupation première de cet organisme sans but lucratif est de favoriser un climat d'équilibre concernant la consommation modérée d'alcool ou l'abstinence au Québec et dans le Canada français. Les actions sont particulièrement orientées vers la prévention des problèmes liés à l'alcool et aux autres drogues.

Services offerts

- Campagnes annuelles d'information.
- Diffusion de matériel d'information.
- Différentes études et publications.
- Diverses activités de sensibilisation.
- Secrétariat permanent avec ressources techniques et professionnelles.
- Centre d'information et de documentation.
- Aide et référence pour les gens qui ont un problème d'alcool.
- Bulletin trimestriel.
- Information et formation de bénévoles.

Ailleurs au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-9928

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Téléphone : (819) 478-5640 Cap-de-la-Madeleine

Téléphone: (819) 375-5153

Victoriaville

Téléphone: (819) 752-2479

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 762-6247



Description

'autisme est un trouble grave du développement de l'enfant. Généralement, il se déclare dans les 30 premiers mois de la vie d'un individu et représente pour lui un handicap majeur qui perdure tout au long de sa vie. Il existe seulement quelques rares cas de guérisons partielles. Les messages que les sens transmettent au cerveau sont mal reçus ou mal interprétés. Il en résulte une appréciation confuse de la vie et de l'environnement. L'autisme s'accompagne quelquefois d'autres troubles du cerveau ou neurologiques rendant alors le diagnostic plus difficile à établir.

Quinze personnes sur 10 000 sont atteintes d'autisme et il est 4 fois plus fréquent chez les garçons que chez les filles.

Symptômes

Les symptômes spécifiques peuvent varier beaucoup d'un enfant autiste à un autre :

- troubles de socialisation (manque de réaction dans les relations interpersonnelles) ;
- troubles de la communication;
- · comportements répétitifs.

Causes

On ne connaît pas la cause exacte de l'autisme, mais des recherches sont en cours actuellement.

Traitements

La meilleure approche pour traiter les enfants autistes en est une qui demande une structuration très ferme et un programme d'éducation réfléchi. Les méthodes éducatives utilisées et scientifiquement reconnues sont les approches TEACCH et LOVAAS.

Le syndrome d'Asperger ou les autistes autonomes

Les enfants atteints du syndrome d'Asperger parlent normalement et démontrent aussi des habiletés cognitives. Certaines fois, le langage peut être légèrement retardé. Moins atteints dans leur comportement social, ils sont raisonnablement attachés à leurs parents et aux autres membres de la famille. Ils font preuve d'imagination dans le jeu, mais celui-ci est plutôt répétitif et peu créatif. Ces enfants développent des préoccupations très prononcées et peu communes (comme par exemple un intérêt pour les insectes, les métros souterrains).



Associations et organismes

 Société Québécoise de l'Autisme 2300, boulevard René-Lévesque Ouest Montréal (Québec) H3H 2R5



Objectif

Le mandat de la Société Québécoise de l'Autisme est de défendre les droits et intérêts de la personne atteinte d'autisme et de sa famille, d'encourager son développement et son intégration sociale.

Services offerts

- Promotion.
- Information.

- Sensibilisation.
- · Formation.
- Camp Emergo : camp résidentiel d'été, camp de Noël et de relâche scolaire ainsi que répits de fin de semaine.

Ailleurs au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 672-2546

Québec

Ancienne Lorette

Téléphone: (418) 877-4107

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 376-0169

Montréal

Téléphone: (514) 278-4106

Outaouais

Ottawa

Téléphone: (613) 952-3138

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 762-6592

Côte-Nord

Sept-Îles

Téléphone: (418) 927-2543

Laval

Laval

Téléphone: (514) 661-2519

Lanaudière

Mascouche

Téléphone: (514) 477-3149

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone: (514) 432-7342

es problèmes sexuels

Description

Les problèmes d'ordre sexuel se présentent sous différents types tels les problèmes affectifs et relationnels, les dysfonctions sexuelles (changements psychophysiologiques dans le cycle sexuel), les problèmes reliés à l'orientation et à l'identité sexuelle et les déviances sexuelles (comportement qui est de façon prédominante préféré ou prend la place d'un comportement sexuel normal).

Symptômes

De nombreux motifs conduisent les gens à recourir à l'aide d'un professionnel. Parmi ceux-ci, on peut noter :

- diminution ou absence de désir :
- troubles reliés à l'éjaculation;
- troubles du plaisir et de l'orgasme;
- exhibitionnisme;
- difficultés de couple;
- sadisme sexuel;
- pédophilie;

- troubles de l'érection;
- difficultés lors de la pénétration vaginale;
- comportement sexuel compulsif;
- voyeurisme;
- travestisme :
- masochisme:
- scatologie téléphonique (appels obscènes);
- difficulté à vivre la masculinité ou la féminité ;
- fétichisme (substitution de l'objet humain d'amour par un objet inanimé);
- frotteurisme (ex. : toucher les seins et les fesses d'une femme ou la frôler intentionnellement) ;
- etc.

Causes

Les problèmes d'ordre sexuel ont des origines très diverses et un problème précis peut avoir plusieurs causes différentes. On peut classer empiriquement les facteurs à l'origine de problèmes sexuels comme suit :

- facteurs physiologiques : une proportion grandissante de dysfonctions sexuelles sont reconnues comme ayant une cause physique. Parmi les états ou maladies qui peuvent affecter la sexualité, on note le diabète, l'alcool et les drogues, les problèmes cardiovasculaires, etc.
- facteurs psychologiques : anxiété, troubles de personnalité, expériences vécues (traumatismes), stress et fatigue, hypersensibilité aux réactions du partenaire, insécurité, etc.
- facteurs socio-culturels : éducation rigide, attitudes anti-sexualité de l'entourage, standards d'image corporelle peu réalistes véhiculés dans la société, préjugés défavorables à certaines orientations sexuelles, etc.

es problèmes sexuels

Traitements

Si vous avez besoin d'aide, consultez un professionnel oeuvrant dans le domaine de la santé mentale ou téléphonez à l'Association des sexologues du Québec. Vous devez défrayer les coûts des services offerts par les sexologues. Ils ne sont pas remboursés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ). Pour un remboursement éventuel, veuillez vérifier auprès de votre assureur personnel.

Il ne semble pas exister d'approche miracle ni de thérapeute miracle. La motivation à régler (ou à contrôler) le problème détermine souvent le succès de la démarche thérapeutique. De nombreuses approches sont utilisées, dépendamment des cas : examens physiques, exercices de relaxation, exercices de sensibilisation, changements de style de vie, thérapies comportementales, psychothérapies, activités de couple, etc. N'hésitez pas à demander des explications sur les méthodes employées car la confiance qui s'établira entre l'intervenant et vous est très importante.

Associations et organismes

Association des sexologues du Québec (ASQ)
 6915, rue Saint-Denis
 Bureau 300
 Montréal (Québec) H2S 2S3



Objectifs

- Garantir la qualité des services professionnels des sexologues.
- Susciter auprès du public une meilleure connaissance de la sexologie et du rôle du sexologue.
- Favoriser et maintenir les normes scientifiques et professionnelles les plus élevées dans l'exercice de la sexologie et dans la formation des sexologues.

Services offerts

L'Association répond à toute demande de renseignements sur la sexologie. Aussi, c'est elle qui est mandatée pour décerner le titre de sexologue et le permis de pratique aux futurs professionnels. Le public est donc invité à contacter l'Association pour s'assurer que le sexologue traitant est un membre en règle, ceci dans le but de protéger au maximum le droit des gens à un service de qualité.

 Clinique externe de consultation sur la délinquance sexuelle
 Centre de psychiatrie légale de Montréal 1010, rue Sainte-Catherine Est, bureau 230 Montréal (Québec) H2L 2G3



Objectifs

- Évaluation et traitement de personnes présentant une problématique de délinquance sexuelle.
- Formation des intervenants du système légal et social.

Services offerts

• Évaluation des cas.

- Traitement.
- Conseils auprès des intervenants.
- Recherche.
- · Formation théorique et clinique des intervenants.

Clientèle

On admet les personnes adultes (de plus de 18 ans) aux prises avec des problèmes de délinquance sexuelle (pédophilie, exhibitionnisme, voyeurisme, viol, etc.) et référées par de multiples sources (tribunaux, libération conditionnelle, médecins, etc.).

Les personnes présentant un problème d'inceste classique ainsi que celles qui nient avoir commis le délit dont elles sont accusées ne sont pas acceptées pour un traitement.

♦ Le Groupe d'entraide AMORCE

C.P. 273, succursale Anjou Anjou (Québec) H1K 4G7



Objectifs

- Aider les hommes.
- Briser l'isolement social des hommes qui vivent la pédophilie.
- Permettre aux hommes pédophiles de s'intégrer dans un réseau d'entraide.
- Favoriser l'auto-contrôle de l'agir pédophilique.

Moyen utilisé

Fournir un lieu d'accueil, d'échange et de rencontre aux hommes ayant un comportement et/ou des fantasmes pédophiliques.

Services offerts

- Rencontres d'accueil et d'échange.
- Service d'écoute (face à face et téléphonique).
- Service de référence.
- Réseau d'entraide avec des hommes d'autres services.
- Attestations de suivi remises à ceux qui le demandent.

a schizophrénie

Description

a schizophrénie est un trouble du fonctionnement au plan cérébral qui perturbe la pensée, le jugement, la perception sensorielle et la capacité d'interpréter et de réagir de façon appropriée à des situations ou des stimuli particuliers. Environ 1 % de la population adulte en est affecté.

Symptômes

Les premiers symptômes apparaissent généralement entre 17 et 24 ans. Ils sont habituellement divisés en symptômes «positifs» et symptômes «négatifs».

Symptômes positifs : hallucinations, idées délirantes, difficulté à communiquer, incohérence de la pensée, comportement désorganisé.

Symptômes négatifs : troubles d'enchaînement de la pensée et de la parole, incapacité à ressentir du plaisir, absence d'émotions, comportement asocial, manque de motivation.

L'un ou l'autre groupe de symptômes peut prédominer ou les deux peuvent coexister.

Causes

La schizophrénie est une affection très complexe où chaque cas est différent des autres en dépit des ressemblances générales. Les différentes études n'arrivent donc pas à trouver les causes exactes, qui sont sans doute multiples : changements dans la structure et la chimie du cerveau, hérédité, etc.

Traitements

Le traitement de la schizophrénie associe généralement médication et thérapie de soutien multidisciplinaire.

Les médicaments utilisés sont les antipsychotiques, aussi appelés neuroleptiques.

La thérapie de soutien comporte des traitements psychologiques (psychothérapies, thérapies psycho-éducatives, relaxation) et des traitements sociaux (entraînements aux habiletés sociales, ergothérapie, organismes communautaires de socialisation, etc.).

État actuel de la recherche

Aujourd'hui, la recherche sur la schizophrénie vise avant tout à comprendre les dérèglements des processus chimiques présents dans le cerveau, à l'aide de nouvelles techniques d'investigation. L'aspect génétique de la maladie est aussi étudié. Mais la recherche sur la schizophrénie est très peu subventionnée par rapport aux répercussions de cette maladie sur les plans humain et économique.

a schizophrénie

Sources

La schizophrénie - Guide à l'intention des familles. Santé et Bien-être social Canada (en collaboration avec la Société Canadienne de Schizophrénie). Ottawa. 1991. 76 p.

La schizophrénie - Description des symptômes et modèle de comportement à domicile. Fédération québécoise des associations des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale. Québec. 1989. 11p.

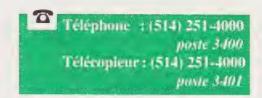
Clerc, Dr Doris. Compte-rendu de la conférence «La médication»

Lalonde, Pierre. 1991. Schizophrénie : vers une nouvelle synthèse. Psychologie Médicale. Vol. 23, no 6, p. 591-593

Associations et organismes

 Association de parents de jeune adulte schizophrène

7401, rue Hochelaga Montréal (Québec) H1N 3M5



Objectifs

Organisme membre de la Fédération québécoise des associations des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale, l'Association poursuit les objectifs suivants :

• briser l'isolement;

- démystifier la maladie via l'information ;
- déculpabiliser les parents ;
- diminuer le stress des parents ;
- réajuster les attentes des parents et autres membres de la famille par rapport à la personne atteinte de schizophrénie ;
- développer des habiletés dans la façon de composer avec la personne atteinte de schizophrénie;
- susciter un espoir réaliste.

Services offerts

· Accueil.

- Écoute.
- Partage et soutien entre parents.
- Rencontre individualisée.
- Références de services.
- Documentation écrite et audiovisuelle.
- Vidéo: «La schizophrénie et les parents».
- Rencontres (tous les deux mardis à 19 h 30).

Dans la région du Saguenay-Lac Saint-Jean, l'Institut Roland Saucier possède un groupe d'intervenants qui oeuvrent auprès de familles de schizophrènes.

Institut Roland Saucier
 150, rue Pinel, C. P. 2250
 Chicoutimi-Nord (Québec) G7G 3W4



Description

es troubles affectifs, ou troubles de l'humeur, comprennent la maniaco-dépression (ou trouble affectif bipolaire) ainsi que les différents types de dépression (ou trouble affectif unipolaire). En tout temps, 5 % de la population adulte est affligée par ces problèmes. Plus spécifiquement, la maniaco-dépression touche 100 000 Québécois dont seulement 10 % sont diagnostiqués et près de 20 % de la population sera touché par la dépression à un moment ou un autre de sa vie.

Symptômes

Dans le cas de la maniaco-dépression, la personne atteinte traverse des phases dépressives, des phases maniaques, des phases mixtes où se juxtaposent des symptômes dépressifs et maniaques, ainsi que des phases «normales».

Phase dépressive

- Tristesse de l'humeur (perte du goût de vivre, dévalorisation de soi, culpabilité, désespoir, irritabilité, pensées suicidaires, diminution de l'appétit sexuel, etc.).
- Ralentissement de la pensée (difficulté à se concentrer, à formuler sa pensée, à prendre des décisions).
- Ralentissement moteur (diminution d'énergie, insomnie, gain ou perte d'appétit, gain ou perte de poids, somatisation, etc.).

Phase maniaque

- Exaltation de l'humeur (exubérance, croyances irréalistes sur les capacités et pouvoirs, refus de la critique, absence d'inhibition, augmentation de l'appétit sexuel, manque de jugement).
- Accélération de la pensée (pensées qui se bousculent, passages du coq à l'âne, débit rapide de la parole, etc.).
- Hyperactivité motrice (diminution du besoin de sommeil, diminution de la fatigue, oubli de manger, etc.).

Dans le cas de la dépression, les symptômes sont les mêmes que ceux de la phase dépressive de la maniaco-dépression. Ils peuvent aussi être accompagnés de symptômes psychotiques : idées délirantes, hallucinations, etc.

Il est important de faire une distinction entre la déprime et la dépression vraie. Il est normal et sain d'avoir des petits accès de déprime car la vie n'est pas toujours rose. Mais quand les symptômes de déprime persistent au moins pendant deux semaines, prennent le dessus sur l'humeur habituelle et empêchent la personne de mener une existence normale, on doit s'inquiéter et consulter un médecin.

Causes

L'apparition de la dépression et de la maniaco-dépression est due à l'interaction complexe de facteurs neurobiologiques, psychologiques et sociaux.

Il est de plus en plus évident que la maniaco-dépression n'est pas acquise au cours d'expériences vécues. Comme l'incidence est souvent plus élevée que la moyenne dans une même famille, elle est sans doute transmise génétiquement. Quelques hypothèses ont fait l'objet de recherches et quelques résultats concluants mais non applicables à tous les cas ont été obtenus : anomalies dans le contrôle nerveux des glandes endocrines (qui produisent les hormones), anomalies au niveau des neurotransmetteurs, etc. On pense également que certains facteurs peuvent favoriser l'apparition des symptômes : le stress, les facteurs saisonniers et le rayonnement solaire.

L'apparition de la dépression semble être due davantage à des conditions externes à l'individu. On a identifié plusieurs facteurs de risques :

- sexe : une proportion de 2 femmes pour un homme ;
- âge : chez les femmes, il y a deux périodes plus critiques (35-45 ans et plus de 55 ans). Chez les hommes, la tendance est à la simple augmentation avec l'âge;
- antécédents familiaux : la dépression d'un parent augmente le risque pour les enfants ;
- environnement infantile hostile : les événements traumatisants et les séparations multiples augmentent le risque de dépression ;
- personnalité : certaines études suggèrent que les gens ayant des traits de personnalité anxieuse, dépendante ou obsessionnelle sont plus susceptibles de vivre une dépression ;
- post-partum : les 6 mois qui suivent la naissance présentent un risque plus élevé de dépression pour la mère.

Traitements

Le traitement de base de la maniaco-dépression est le lithium, qui est un sel minéral qui a la propriété de stabiliser l'humeur. On fait aussi appel aux anticonvulsivants dans les états maniaques.

Dans le cas de la dépression, la meilleure approche thérapeutique combine les médicaments antidépresseurs associés à une psychothérapie si cela est nécessaire.

État de la recherche

Pour ce qui est de la maniaco-dépression, des essais se poursuivent avec le tryptophane, un acide aminé (constituant des protéines) qui pourrait permettre de réduire la dose de lithium administrée aux gens. Il y a quelques risques associés aux hautes doses de lithium.

L'industrie pharmaceutique tente de développer des antidépresseurs plus spécifiques qui causeront moins d'effets secondaires.

Associations et organismes

 Association québécoise des dépressifs et maniaco-dépressifs
 801, rue Sherbrooke Est, bureau 300 Montréal (Québec) H2L 1K7



Objectifs

- Donner de l'information sur la dépression et la maniaco-dépression.
- Informer et supporter l'entourage du malade.
- Briser l'isolement des personnes.
- Former des animateurs pour les groupes d'entraide.
- Former des écoutants pour la ligne d'écoute.

Services offerts

- Ligne d'écoute, de références et d'information (documents écrits et audiovisuels) : (514) 529-5619 ou 1 800 463-2363 (sans frais).
- Conférences bimensuelles sur des thématiques reliées à la dépression et la maniacodépression.
- Groupes d'entraide pour les personnes souffrant de dépression ou de maniacodépression ainsi que pour les proches et les conjoints.
- Bulletin «Question d'humeur».
- Conférences pour les organismes et les entreprises.
- Dépliants, livres et vidéos.
- Self Help Against Depression
 Entraide pour vaincre la dépression
 (SHAD / EVD) inc.

C. P. 322, succursale Pierrefonds Pierrefonds (Québec) H9H 4K9



Objectif

L'objectif principal de **SHAD / EVD** est d'aider les gens aux prises avec une dépression ou des problèmes sociaux à s'en sortir.

Services offerts

- Évaluation, éducation et référence.
- Relation d'aide : une personne vivant des problèmes de dépression est mise en contact avec un bénévole qui a vécu ou non des difficultés similaires. Une relation d'aide téléphonique est alors amorcée, anonyme et confidentielle. La fréquence des appels téléphoniques est déterminée par les deux partenaires.

Les Déprimés Anonymes

Adresse confidentielle



Objectif

L'objectif général des **Déprimés Anonymes** est de venir en aide aux personnes pour qu'elles s'identifient mieux elles-mêmes en tant que déprimées et qu'elles puissent se donner les moyens de sortir de la dépression.

Services offerts

- Groupes d'entraide (2 à Montréal) une fois la semaine où, sous la supervision d'un animateur, les gens peuvent s'exprimer librement à propos de leurs difficultés et écouter le témoignage des autres participants. Ce regard collectif sur les expériences de chacun permet de relativiser plusieurs aspects de la dépression et de découvrir les ressources disponibles pour le retour à la vie normale.
- Centre d'écoute téléphonique, accessible tous les jours de 8 h à minuit.

Les autres groupes d'entraide

Au Québec

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma Le Pas

Téléphone : (418) 668-8706 Télécopieur: (418) 668-0629

Chicoutimi

Téléphone: (418) 698-3462

Québec

Ouébec

Le centre Bipolaire

Téléphone: (418) 683-8088

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

La grande marée inc.

Téléphone: (819) 371-9366

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 821-2681

Outaouais

Aylmer

Groupe d'entraide Bipos

Téléphone : (819) 682-7800 ou : (819) 990-5557

Gatineau

Téléphone: (819) 561-4252

Hull

Téléphone: (819) 986-2957

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone : (819) 797-5141 ou : (819)764-4082

Description

Les troubles anxieux peuvent se classer en six catégories :

- l'anxiété généralisée, connue sous les noms populaires de stress, de tension ou de tension nerveuse ;
- le trouble panique;
- les phobies simples, qui sont des peurs irraisonnées et irraisonnables pouvant empêcher totalement les gens de fonctionner;
- la phobie sociale, reliée à certaines situations sociales (ex. : peur du jugement d'autrui) ;
- le trouble obsessif-compulsif;
- le stress post-traumatique, qui survient à la suite d'un événement très traumatisant (viol, hold-up, agression, etc.).

Symptômes

L'anxiété se caractérise par de la crainte et de l'appréhension, d'un malaise interne qui s'accompagne souvent de signes physiques (palpitations cardiaques, tension musculaire, étourdissements). Quand l'anxiété est extrême, on parle de trouble panique : la personne a l'impression d'étouffer, de perdre conscience ou de mourir.

Les phobies peuvent être reliées à des objets (ascenceur, avion), à des animaux (chiens, araignées), à des espaces (restaurants, centres commerciaux) ou à des contacts sociaux. Les symptômes sont ceux d'une très grande anxiété, surtout au niveau physique (tremblements, mains moites).

Le trouble obsessif-compulsif se caractérise par des pensées répétitives, non voulues (obsessions) et/ou un comportement répétitif et ritualiste auquel la personne a des difficultés à résister (compulsions). Les obsessions les plus courantes sont : saleté et contamination, peur de se frapper ou de frapper les autres, peur de poser des gestes embarrassants, symétrie et précision. Les compulsions les plus fréquentes sont : nettoyage et lavage, vérification d'actes déjà posés, rangement et ramassage. Ces obsessions et compulsions deviennent problématiques quand la personne y consacre une heure ou plus par jour et que son fonctionnement familial, social ou professionnel est affecté.

L'état de stress post-traumatique se caractérise par une réaction de choc, une anxiété massive, une désorganisation psychologique, des troubles somatiques et sexuels, des cauchemars répétitifs, l'insomnie ainsi que des pertes de mémoire et de concentration.

Causes

Les causes précises des troubles anxieux sont difficiles à définir. On s'entend pour parler de facteurs prédisposants, de facteurs précipitants et de facteurs perpétuants, qui varient selon le patient.

Facteurs prédisposants: influence génétique (liens familiaux, jumeaux identiques), atteinte du système nerveux (déficit en neurotransmetteurs), milieu familial ou socio-culturel instable ou perturbé, perte d'un être cher, stress sévère et prolongé (maladie chronique, infirmité, manque de l'essentiel), sérieux traumatismes physiques ou psychiques (accident grave, inceste, etc.), parents surprotecteurs, exigeants, brutaux ou dévalorisants, sentiment de ne pas être aimé, difficulté à s'affirmer (tendance à craindre exagérément l'opinion d'autrui), passivité et dépendance, méticulosité et perfectionnisme, etc.

Facteurs précipitants: traumatismes physiques, traumatismes psychiques (décès ou maladie d'un être cher, divorce, perte d'emploi, etc.), stresseurs chroniques (mésentente familiale ou conjugale chronique, tension au travail, maladie chronique, etc.).

Facteurs perpétuants: croyances et peurs irréalistes, peur d'avoir peur (panique à l'idée de revivre une situation), renforcement positif (la fuite engendre un bien-être qui est vu comme une récompense), hygiène de vie déficiente (abus de drogues et de médicaments, manque de repos et d'exercice physique), croyances et attitudes créatrices de stress.

Traitements

Pour les cas d'anxiété extrême, on emploie des médicaments appelés anxiolytiques. Mais ces mécicaments peuvent provoquer une dépendance. Il faut donc être prudent. On utilise aussi les antidépresseurs qui ne causent pas d'accoutumance, notamment dans le traitement du trouble obsessif-compulsif. On accompagne la prise de ces médicaments de thérapies diverses : thérapie comportementale (qui fait appel à la relaxation, la désensibilisation et divers exercices d'apprentissage), thérapie de couple, entraînement à l'affirmation de soi, etc. Les gens victimes du stress post-traumatique et du trouble panique reçoivent parfois des médicaments (antidépresseurs, anxiolytiques et somnifères, les deux derniers pouvant causer une dépendance) et de l'aide psychothérapeutique.

Associations et organismes

Outre les organismes spécialisés cités ci-dessous, de nombreux organismes décrits dans la section «LA VIOLENCE» du CHAPITRE 3 s'occupent des gens victimes du syndrome post-traumatique:

Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV) : (514) 272-4416

CAVAC (Centres d'aide aux victimes d'actes criminels)

CALACS (Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel) : (819) 563-9940

♦ L'Association du trouble obsessif-compulsif

Les réunions et séminaires ont lieu au : Centre de recherche Fernand-Seguin Hôpital Louis-Hippolyte Lafontaine 7331, rue Hochelaga Montréal (Québec) H1N 3V2

- Renseignements généraux
- Clinique d'anxiété de l'Hôpital Louis-Hippolyte Lafontaine : dates des réunions

- Téléphone : (514) 990-8862 ou (514) 990-8TOC
- Téléphone : (514) 251-4000 poste 3070

Objectifs

- Apporter de l'aide et du soutien aux personnes atteintes de trouble obsessif-compulsif, ainsi qu'à leurs familles, conjoints ou amis.
- Favoriser une meilleure compréhension du trouble obsessif-compulsif ainsi que l'orientation des personnes atteintes vers des alternatives thérapeutiques possibles.

Services offerts

- Réunions bimensuelles en compagnie d'une personne ressource (thérapeute ou spécialiste).
- Réunions d'information générale : exposé d'information sur un thème général ou spécifique suivi d'une période de questions.
- Rencontres-échanges où les gens peuvent témoigner, apporter du support moral, poser des questions, s'entraider. Un thème est déterminé à chacune des rencontres.
 Pour plus de détails, on peut se référer dans les jours précédant les rencontres à la rubrique OUOI FAIRE de La Presse (lundi) ou à la chronique DE TOUT POUR.

rubrique *QUOI FAIRE* de La Presse (lundi) ou à la chronique *DE TOUT*, *POUR TOUS* du Journal de Montréal (dimanche ou mardi).

- Sous groupes de thérapie (ou autres) menés par un (des) psychologue(s).
- · Documentation également disponible.
- Fondation du trouble obsessifcompulsif de l'Hôpital général de Montréal 1650, avenue Cedar Montréal (Québec) H3G 1A4



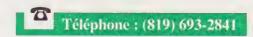
Cet organisme a les mêmes objectifs que L'Association du trouble obsessif-compulsif. Elle offre des réunions d'entraide mensuelles pour une clientèle anglophone.

Il existe deux autres groupes spécialisés au Québec :

Mauricie-Bois-francs

Trois-Rivières

♦ Le groupe d'entraide La Lanterne



Montréal

- ◆ AMI Québec (sous-groupe du trouble obsessif-compulsif) (clientèle anglophone)
- ♦ Émotifs Anonymes (EA)



Objectif

Permettre aux gens de mettre en commun leur expérience, leur force et leur espoir pour faire face à leurs problèmes émotifs au moyen d'un Programme de vie en douze étapes adapté de celui des Alcooliques Anonymes.

Services offerts

Émotifs Anonymes tient des réunions hebdomadaires chaleureuses et amicales chaque jour de la semaine dans la région de Montréal. Les groupes sont anonymes : les participants ne sont pas tenus de s'identifier. Les groupes fonctionnent avec leurs propres contributions et il n'y a aucune condition d'admission. Les participants ne sont pas tenus de parler. De la documentation sur EA est disponible aux réunions.

Les groupes d'Émotifs Anonymes forment quatre entités appelées Intergroupes, définies géographiquement, dont voici les coordonnées :

Québec

♦ Intergroupe de Québec

Téléphone : (418) 666-0256

Mauricie-Bois-Francs

Intergroupe de Trois-Rivières

Téléphone : (819) 379-3214 ou : (819) 370-0676 Sans frais :1 800 567-2934

Estrie

Intergroupe de Montérégie-Estrie
 C. P. 692
 2200, rue Girouard Ouest
 Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 7P5

Montréal

♦ Intergroupe de Montréal



Montérégie

Intergroupe de Montérégie-Estrie
 C. P. 692
 2200, rue Girouard Ouest
 Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 7P5

Les gens intéressés sont priés de contacter l'intergroupe de leur région afin de savoir où se trouve le groupe le plus près de chez eux. Veuillez noter que les groupes n'ont pas le téléphone.

Fondation Canadienne
 pour les Agoraphobes inc.
 C.P.132
 Chomedey, Laval (Québec) H7W 4K2



Objectifs

- Donner le plus d'information possible sur le sujet, sensibiliser, aider, diriger la personne souffrante vers les professionnels de la santé adéquats.
- Briser l'isolement et favoriser la motivation et la détermination vers une meilleure qualité de vie menant à une plus grande autonomie.

Services offerts

Les services suivants sont offerts aux personnes souffrant d'agoraphobie, de phobies, de trouble panique et d'anxiété chronique, et ce en français et en anglais :

- service de référence à l'intention des personnes qui sont à la recherche d'un professionnel qualifié pour leur venir en aide ;
- publication d'un communiqué informatif distribué aux membres 4 fois par année ;

- service d'entraide téléphonique (région de Montréal) et un service de correspondance pour ceux demeurant loin des grands centres ;
- réunions / conférences gratuites régulières avec des professionnels de la santé. Pour connaître les dates et les lieux de ces conférences, veuillez consulter la rubrique QUOI FAIRE de La Presse, la chronique DE TOUT, POUR TOUS du Journal de Montréal ainsi que les journaux locaux.
- Phobies-Zéro

C. P. 83

Sainte-Julie (Québec) J3E 1X5

Ligne d'écoute offerte en tout temps



Téléphone : (514) 922-8489

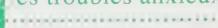
Objectifs

- Mise sur pied de groupes de soutien et d'entraide à travers la province et relevant d'une seule administration centrale.
- Mise sur pied d'un service d'écoute téléphonique disponible en tout temps.
- Réintégration des usagers à la vie normale.
- Sensibilisation de la population ainsi que des employeurs et des intervenants spécialisés.
- Réduction du nombre de visites pour trouble panique dans les urgences d'hôpitaux et cabinets de médecins.
- Implication et entraide chez les agoraphobes.
- Participation, collaboration et sensibilisation à la recherche dans le domaine.

Services offerts

Phobies-Zéro offre ses services aux personnes souffrant d'anxiété, de trouble panique, de phobies et d'agoraphobie. Les services s'adressent également aux familles et aux proches de ces personnes.

- Ligne d'écoute offerte en tout temps jour et nuit : (514) 922-8489.
- Réunions hebdomadaires de groupes de soutien et d'entraide.
- Thérapies diverses : gymnastique respiratoire, désensibilisation, psychodrame, démarche thérapeutique pour adolescents et jeunes adultes.
- Journal l'Express (publié 4 fois l'an).
- · Activités sociales.
- · Conférences.
- Formation de bénévoles et accompagnement.
- Relation d'aide : visite de psychologue à domicile.



Groupes d'entraide destinés aux gens aux prises avec une phobie, en particulier l'agoraphobie

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Mont-Joli

Association des agoraphobes du Bas Saint-Laurent Téléphone: (418) 775-8974

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Association Le Pas Téléphone : (418) 668-8706

Dolbeau

Centre l'Arrimage

Téléphone: (418) 276-7925

Jonquière

Groupe de ressources pour les troubles de panique

Téléphone: (418) 547-1333

L'Agora

Téléphone: (418) 547-2496

Québec

Québec

Groupe d'entraide pour les agoraphobes Téléphone : (418) 525-4870

Mauricie-Bois-Francs

Shawinigan Sud

Groupe d'entraide pour les agoraphobes Téléphone : (819) 537-8385

Nicolet

La Ruche (Phobies Zéro) Téléphone : (819) 293-6416

Drummondville CLSC Drummond (Phobies Zéro)

Téléphone: (819) 276-3105

Estrie

Sherbrooke

L'Autre Rive

Téléphone: (819) 564-0676

Montréal

Association d'entraide pour les agoraphobes

Téléphone: (514) 529-0003

La clé des champs

Téléphone: (514) 381-4221

Recovery Inc.

Téléphone: (514) 482-4261

(clientèle bilingue)

Église Sant-Jean-Berchmans

(Phobies Zéro)

Téléphone: (514) 276-3105 Association des agoraphobes anonymes de Verdun

Téléphone : (514) 769-0336

Outaouais

Hull

Groupe d'entraide pour les agoraphobes - CLSC Les Draveurs

Téléphone: (819) 561-2550

Côte-Nord

Baie-Comeau

Groupe d'entraide pour les agoraphobes / CLSC de l'Aquilon

Téléphone: (418) 589-2191

Betsiamites
Groupe d'entraide
pour les agoraphobes

Téléphone : (418) 567-2843

Havre-Saint-Pierre

Groupe d'entraide et support pour paniques et agoraphobie Téléphone : (418) 538-2212,

poste 425

Association des agoraphobes de Sept-Îles

Téléphone: (418) 968-1964

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Chandler

Centre l'Éclaircie

Téléphone: (418) 689-6100

Chaudière - Appalaches

Saint-Jean-Port-Joli Groupe d'entraide / CLSC des Trois Saumons

Téléphone: (418) 598-3355

Laval

Centre Jean-Paul Campeau (Phobies-Zéro)

Téléphone: (514) 276-3105

Au Québec



Groupes d'entraide (suite)

Lanaudière

Terrebonne

Association des agoraphobes des Moulins

Téléphone: (514) 471-1941

Laurentides

Saint-Jérôme

CLSC Arthur-Buies (Phobies-Zéro)

Téléphone: (514) 276-3105

Sainte-Agathe-des-Monts

Groupe d'entraide Sainte-Agathe Téléphone: (819) 324-4044

Montérégie

Groupe d'entraide pour les agoraphobes / CLSC de Beloeil

Téléphone : (514) 467-9840

ou 446-2712 **Saint-Hubert**

École Terry-Fox (Phobies-Zéro)

Téléphone: (514) 276-3105

Valleyfield

CLSC Seigneurie de Beauharnois (Phobies-Zéro)

Téléphone : (514) 276-3105

Saint-Hyacinthe

CLSC des Maskoutains

(Phobies-Zéro)

Téléphone: (514) 276-3105

Saviez-vous que?

Ces symptômes attribués au problème de la qualité de l'air en milieu de travail sont les maux de tête, la travail sont les maux de tête, la fatigue, l'essouflement, la congestion des sinus, la toux, l'irritation des yeux, des sinus, la toux, l'irritation des yeux, du nez et de la gorge, les éternuedu nez et de la gorge, les éternuements, les irritations cutanées, les ments, les irritations cutanées. étourdissements et les nausées. étourdissements et les nausées. Source : Santé et Bien-être social Canada

es troubles de la personnalité

Description

ussi appelés troubles caractériels, ce sont une vaste catégorie de troubles reliés à une façon rigide et déformée, profondément ancrée, d'établir des rapports, de percevoir et de concevoir l'environnement ainsi que sa propre personne. Tous les gens ont des traits de personnalité qui correspondent à ceux cités ci-dessous et ceci est parfaitement normal. On parle de «trouble» lorsque la personne ne peut s'ajuster aux critères de comportement normalement acceptés au travail ou dans la société en général et s'avère peu capable d'établir des relations interpersonnelles adéquates et durables. C'est donc l'intensité de la détresse qui détermine la présence d'un trouble de personnalité.

Les différents types de personnalités sur lesquels les professionnels s'entendent sont :

- personnalité antisociale : a souvent des problèmes sociaux et légaux, respecte peu la loi et la discipline de la famille, change souvent d'emploi, cherche la satisfaction immédiate de ses désirs et pulsions, usage fréquent d'alcool et drogues ;
- personnalité limite (borderline) : changements rapides et marqués de l'humeur, impulsivité parfois autodestructrice, intensité et instabilité des relations interpersonnelles, tendance à la régression quand le contexte n'est pas structuré, anxiété et incapacité à ressentir le plaisir ;
- **personnalité paranoïde** : méfiance envers autrui, envie et jalousie, dominateur intransigeant, a toujours l'impression de « *se faire avoir* », tout ça sans aller jusqu'au délire ou aux hallucinations :
- personnalité obsessive-compulsive : perfectionnisme et intransigeance dans plusieurs aspects de la vie, moins de tolérance face aux événements imprévus du quotidien, incapacité à prendre une décision et doute sur le jugement, appréciation du fait de pouvoir contrôler l'entourage ;
- personnalité schizoïde : retrait, pauvreté affective, sorte d'indifférence aux autres, souvent maintien d'une activité mentale féconde ;
- personnalité évitante : ne débute pas d'activités par peur du ridicule, hypersensibilité au rejet, refus de relation si une acceptation inconditionnelle n'est pas garantie, évitement social malgré un désir d'affection et d'intégration, faible estime de soi ;
- personnalité dépendante : incapacité à tolérer la solitude, besoin constant de support, peu de confiance en soi, incapacité de prendre une décision sans recourir aux personnes significatives de son entourage, sentiment d'être incomplet avec une sorte de vertige devant sa propre faiblesse;



es troubles de la personnalité

- personnalité histrionique : personnalité tournée toute entière vers le paraître, réactions excessives et théatrales toujours légèrement factices, très influençable, relations amoureuses intenses mais courtes, constant besoin de séduire (don juanisme) ;
- personnalité narcissique : se caractérise par sa grandeur et le sentiment d'être unique au monde, égocentrique, vie émotionelle plutôt superficielle, pas d'empathie véritable car l'autre n'existe pas pour lui-même mais seulement comme instrument de valorisation.



Description

l'anorexie mentale se caractérise par un refus inquiétant de s'alimenter. Habituellement, cette maladie survient entre 12 et 18 ans et 90 % des anorexiques sont des femmes.

La boulimie se caractérise par des épisodes d'ingestion massive de nourriture. Faite le plus souvent en cachette, cette ingestion est suivie de douleurs abdominales, de vomissements provoqués ou d'utilisation de laxatifs. L'humeur dépressive et l'autodépréciation augmentent également.

Environ 10 % des femmes du groupe d'âge 12-30 ans démontrent une préoccupation pour la nourriture et leur image corporelle. Dans ce même groupe d'âge, 1 % des femmes va développer une anorexie sévère (corps émacié) et de 1 à 4 % une boulimie sévère (journalière ou hebdomadaire).

Symptômes

Anorexie mentale

- Perte de 15 % du poids corporel normal.
- Quête obsessionnelle de minceur.
- Insatisfaction de son corps.
- Sentiment d'impuissance devant l'existence.
- * Attentes sévères envers soi et les autres.
- Pensée catégorique et extrémiste.
- Isolement.
- Excès d'exercices.
- * Emphase sur le contrôle de soi et la perfection.

D'autres symptômes (diminution de la concentration, diminution du métabolisme, diminution des activités sociales) sont plutôt dûs à la malnutrition.

Boulimie

- Fringales ou orgies alimentaires périodiques et en cachette.
- Utilisation de laxatifs et abus d'exercices physiques.
- État dépressif, surtout après les orgies alimentaires.

Causes

Les causes exactes des troubles de l'alimentation sont encore mal définies mais on croit que c'est une combinaison de facteurs biologiques, psychologiques et sociaux :

- augmentation de l'importance de la minceur dans la société (la minceur est synonyme de beauté, succès et bonheur) ;
- mauvaise image de soi (par exemple, surestimation de la silhouette);
- obsession du contrôle de soi :
- peur de la maturité;
- · perfectionnisme;
- · etc.

Traitements

Comme les troubles de l'alimentation sont des problèmes complexes, il seront mieux traités par une approche thérapeutique multidisciplinaire. Les professionnels impliqués peuvent être : psychologues, psychiatres, médecins, travailleurs sociaux, ergothérapeutes, nutritionnistes, infirmiers, etc.

Associations et organismes

 Unité des Troubles de l'Alimentation Centre hospitalier Douglas 6875, boulevard Lasalle Verdun (Québec) H4H 1R3



Les services de cette unité sont offerts pour tous les résidents de la province et sont défrayés par l'assurance-maladie. C'est le seul programme spécialisé dans le traitement des troubles de l'alimentation chez les adultes au Québec.

Services

- Évaluation diagnostiquée par un expert et un plan de traitement individualisé pour les adultes (17 1/2 ans et plus) qui ont un trouble de l'alimentation. Dépendant de la gravité des symptômes, la thérapie est offerte en clinique externe ou en unité interne. Cette thérapie comprend plusieurs composantes : rencontre individuelle et de groupe, rencontre familiale ou de couple, activités nutritionnelles et médicales.
- Centre d'information sur les troubles de l'alimentation disponible à tous (professionnels, personnes atteintes, familles et amis).
- Centre de recherche sur les causes, les processus de rétablissement et l'efficacité du traitement.

 Fondation de l'anorexie nerveuse et boulimie du Québec (ANEB) 6605, boulevard Lasalle Verdun (Québec) H4H 1R3

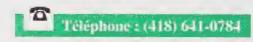


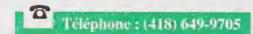
Objectifs

- Venir en aide aux personnes aux prises avec un trouble de l'alimentation ainsi qu'à leurs proches.
- Sensibiliser le grand public aux troubles de l'alimentation.
- Apporter une aide sous forme de groupes d'entraide, de ligne d'écoute active et d'éducation.
- · Agir comme consultant auprès des ressources gouvernementales traitant ces problèmes.
- Assister dans l'établissement de centres de traitement de ces maladies.

Groupes d'entraide pour anorexiques et boulimiques dans la région de Québec

- **♦** CLSC Haute-Ville
- Entraide Jeunesse Québec
- Hôpital Hôtel-Dieu du Sacré Coeur de Jésus de Québec
- Outremangeurs Anonymes (OA)
 C.P. 280, succursale Verdun
 Verdun (Québec) H4G 3E9









Services offerts

Outremangeurs Anonymes offre des programmes de rétablissement et d'entraide pour les outremangeurs compulsifs, basés sur le même principe qu'Alcooliques Anonymes. Pour savoir s'il existe des groupes d'entraide dans votre région, veuillez contacter OA à Verdun.

Collectif action alternative en obésité (CAAO)
Centre Lajeunesse
7378, rue Lajeunesse

Téléphone ; (514) 270-3779 Télécopieur: (514) 271-1640

Centre Lajeunesse 7378, rue Lajeunesse Bureau 210 Montréal (Québec) H2R 2H8

Objectif

Le Collectif a été créé afin de modifier les attitudes de nombreux gens face à la nourriture et à l'image corporelle et aussi afin de réduire l'abus et l'exploitation dont sont victimes les personnes voulant perdre du poids. Il réunit des professionnels de la santé et des personnes du grand public.

Services offerts

Au grand public

- Service téléphonique d'information et d'orientation.
- Intervention de groupe ou individuelle dans la plupart des régions du Québec.
- Bottin de ressources.
- · Conférences.
- Représentation auprès de divers organismes de la santé.

Aux membres

- · Réseau d'entraide offert dans certains CLSC.
- · Bulletin d'information.
- · Congrès annuel.
- Programme de formation continue pour les membres professionnels.
- Tables sectorielles permettant un support ponctuel pour les membres praticiens.

Jeu compulsif

Description

ne personne est aux prises avec un problème de jeu compulsif quand elle devient de plus en plus incapable de résister à l'envie de jouer à l'argent et que ce comportement a des répercussions négatives sur son entourage. Ce problème débute souvent à l'adolescence et devient chronique par la suite.

Symptômes

- L'individu est de façon chronique et progressive incapable de résister au jeu.
- Le jeu compromet, brise ou endommage la famille ainsi que les intérêts professionnels et personnels de l'individu :
 - arrestation pour falsification de documents, fraude, détournement de fonds ou évasion fiscale, dans le but d'obtenir de l'argent pour jouer ;
 - négligence des dettes et des autres responsabilités financières ;
 - le jeu brise le couple ou la famille ;
 - emprunt d'argent de sources illégales ;
 - incapacité à calculer les pertes ou de produire des preuves de gains si c'est demandé;
 - perte de travail due à l'absentéisme causé par le jeu ;
 - une autre personne doit fournir de l'argent pour redresser une situation financière désespérée.

Les personnes affectées par ce problème démontrent souvent une confiance excessive en ellesmêmes, sont très énergiques et également très dépensières.

Causes

Les causes du jeu compulsif restent inconnues.

Associations et organismes

Tel Jeu : aide et référence

Adresse confidentielle

Téléphone : (514) 527-0140 Sans frais : 1 800 461-0140 Télécopieur: (514) 527-9712

Objectif

Cet organisme a pour but d'orienter les joueurs pathologiques, leurs proches ainsi que les intervenants vers les services et ressources appropriés dans les divers coins du Québec.

Services

Une ligne téléphonique continue est offerte. C'est un service bilingue d'information, d'orientation et d'écoute.

♦ Centre de Traitement des Joueurs Pathologiques de l'Université Laval

Québec

Téléphone : (418) 656-5383

ou : (418) 656-3996

ou : (418) 656-2131

poste 4762

Montréal

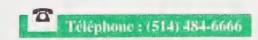
Téléphone : (514) 272-8544

Services offerts

Le Centre offre un traitement qui s'effectue sur une période de 4 mois à raison d'une rencontre par semaine. L'approche thérapeutique comprend 5 éléments :

- information sur le jeu : explication de ce qu'est le hasard, du fait qu'aucune stratégie ne peut favoriser le joueur à long terme et du fait que le jeu est conçu pour être à l'avantage du tenancier;
- correction des croyances erronées : élimination des pensées irrationnelles voulant que le joueur exerce un contrôle sur le jeu ;
- entraînement aux habiletés sociales : chez certaines gens, la dépendance au jeu est reliée à une difficulté à exprimer et à affirmer leurs sentiments et leurs besoins ;
- entraînement à la solution de problème : développement d'une attitude réaliste face aux problèmes afin de réduire les réactions impulsives ;
- prévention de la rechute : apprentissage des situations à risque et des moyens pour prévenir un retour au jeu excessif.
- Gamblers Anonymes

C.P. 5067, succursale Saint-Laurent Saint-Laurent (Québec) H4L 4Z6



Services offerts

- Thérapies de groupe et support aux joueurs compulsifs, basées sur l'approche d'Alcooliques Anonymes.
- Service téléphonique disponible en tout temps.

Gam-Anon C.P. 5067, succursale Saint-Laurent Saint-Laurent (Québec) H4L 4Z6

Téléphone : (514) 484-6666

En tout temps

Services offerts

Gam-Anon offre un support aux familles des joueurs compulsifs par des thérapies de groupe.

Association Joueurs Anonymes (JA)

Services offerts

La démarche à la base de JA est la même que celle d'Alcooliques Anonymes. Plusieurs groupes d'entraide sont disponibles et suivent les douze étapes, qui sont ici adaptées à la réalité du jeu pathologique. Des membres assurent également un service d'écoute téléphonique. Voici la liste des groupes d'entraide à travers le Québec :

Québec

Téléphoné : (418) 871-0131

La Malbaie

Téléphone : (418) 665-6898

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Murdochville

Téléphone : (418) 784-2763

Rivière-au-Renard

Téléphone : (418) 784-2763

Note: Ces deux groupes sont cités sous toute réserve.

Chaudière-Appalaches

Pintendre

Téléphone : (418) 837-5109

Autres ressources pour personnes aux prises avec des compulsions

Montréal

Workaholics Anonymous



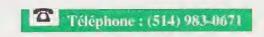
WA est un groupe de support, calqué sur Alcooliques Anonymes, qui vient en aide aux gens qui se croient travailleurs compulsifs même si le travail compulsif n'est pas reconnu officiellement comme un trouble de santé mentale. On reconnaît un travailleur compulsif à son intérêt excessif pour les activités professionnelles et compétitives, cet intérêt marqué lui causant du tort dans tous les autres aspects de sa vie.

 Groupe d'entraide sur la surconsommation ACEF de l'Est de Montréal 5955, rue de Marseille Montréal (Québec) H1W 1K6



Ce groupe vient en aide aux gens qui ont des habitudes de surconsommation, qui peuvent être elles aussi compulsives.

 Dépendants anonymes sexuels et affectifs (DASA)



Ce groupe d'entraide s'inspire d'Alcooliques Anonymes et de son programme en 12 étapes. Il est ouvert aux gens vivant des problèmes de sexualité compulsive et de dépendance affective, peu importe leur âge ou leur orientation sexuelle. Des rencontres hebdomadaires ont lieu à quelques endroits à Montréal.

a déficience intellectuelle

Description



u Québec, on utilise maintenant « déficience intellectuelle » pour remplacer le

La déficience intellectuelle n'est pas une maladie mais un état qui peut survenir durant la grossesse, à l'accouchement ou après. La personne qui en est atteinte a un fonctionnement intellectuel inférieur à la moyenne des gens. Les premiers symptômes apparaissent géréralement avant l'âge de 18 ans.

Symptômes

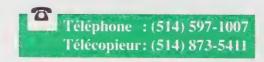
La déficience intellectuelle se classifie de la façon suivante : légère, moyenne, sévère et profonde et elle se manifeste par :

- une difficulté marquée d'apprentissage ;
- des limitations dans l'accomplissement des activités de la vie ;
- un ralentissement, un arrêt ou un inachèvement du développement;
- des difficultés d'adaptation ;
- une régression.

En 1995, au Québec, on évalue à 3 % (200 000) le nombre de personnes présentant une déficience intellectuelle.

Associations et organismes

Fédération québécoise des centres de réadaptation pour les personnes présentant une déficience intellectuelle 1001, boulevard de Maisonneuve Est Bureau 1100 Montréal (Québec) H2L 4P9



Objectif

La mission des centres de réadaptation est d'offrir des services d'adaptation ou de réadaptation et d'intégration sociale à des personnes présentant une déficience intellectuelle, ainsi que des services d'accompagnement et de support à l'entourage de ces personnes.

la déficience intellectuelle

Liste des centres membres de la FQCRPDI

Au Quéhec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Les Services d'adaptation

Osmose

Téléphone: (418) 723-4425 Télécopieur: (418) 722-6113 Services à : Rimouski, Amqui, Matane.

Saint-Cyprien

Centre de Réadaptation en

Déficience Intellectuelle KRTB

Téléphone: (418) 963-2016 Télécopieur: (418) 963-2617 Services à : Saint-Cyprien, Rivière-du-Loup, Cabano, Trois-Pistoles, La Pocatière, Dégelis.

Saguenay-Lac Saint-Jean

Roberval

Regroupement des CRDI du Lac Saint-Jean inc.

Téléphone : (418) 275-1360 Télécopieur: (418) 275-6595

Chicoutimi

Centre de réadaptation

du Saguenay

Téléphone : (418) 549-4003 Télécopieur: (418) 549-5281

Québec

Charlesbourg

Centre de réadaptation La Triade

Téléphone: (418) 626-3244
Télécopieur: (418) 626-7773
Services à: Charlesbourg, Sainte-Foy, Pont-Rouge, Donnacona,
Saint-Marc-des-Carrières,
Saint-Émile, Beauport, Québec,
Ancienne-Lorette.

Ouébec

Services Barbara-Rourke

Téléphone : (418) 683-2511 Télécopieur: (418) 683-9735

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

CSDI Mauricie-Bois-Francs Téléphone: (819) 379-6868 Télécopieur: (819) 379-5155

Estrie

Lennoxville

Regroupement CNDE / Dixville

Téléphone: (819) 821-2928 Télécopieur: (819) 821-2920 Services à : Lennoxville, Dixville, Ayer's Cliff, Sherbrooke, Magog.

Montréal

Centre Miriam

Téléphone : (514) 345-0210 Télécopieur: (514) 345-8965 Services de réadaptation

L'Intégrale

Téléphone : (514) 387-1234 Télécopieur : (514) 339-5483

Verdun

Les Promotions sociales Taylor-Thibodeau / CR de l'Ouest de l'Île / Chalet d'enfants Primavesi

Télécopieur: (514) 761-5571 Télécopieur: (514) 761-7595 Services à : Verdun, Beaconsfield, Pointe-Claire, Pierrefonds,

Hampstead, Montréal. Saint-Léonard

Centre de réadaptation

Gabrielle-Major

Téléphone: (514) 259-2245

Télécopieur: (514) 259-5906 Services à : Montréal-Nord.

Saint-Léonard.
Saint-Pierre

Centre de réadaptation

Lisette-Dupras

Téléphone: (514) 364-2280 Télécopieur: (514) 595-5371 Services à : Saint-Pierre, Lasalle, Lachine, Pierrefonds, Montréal, Verdun.

Outaquais

Aylmer

Pavillon de Parc inc.

Téléphone: (819) 684-1022
Télécopieur: (819) 684-8153
Services à : Hull, Aylmer,
Gatineau, Buckingham,
Maniwaki, Fort-Coulonge, Saint-André-Avellin.

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Clair Foyer inc.

Téléphone: (819) 732-6511 Télécopieur: (819) 732-0922 Services à : Amos, Rouyn-Noranda, La Sarre, Val-d'Or, Ville-Marie.

Côte-Nord

Baie-Comeau

Centre de réadaptation

l'Émergent

Téléphone: (418) 589-2038 Télécopieur: (418) 589-6227 Services à : Baie-Comeau, Sept-Îles, Forestville, Bergeronnes.



Au Québec



Liste des établissements membres de la FQCRPDI (suite)

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Sainte-Anne-des-Monts Centre de réadaptation de la Gaspésie

Téléphone: (418) 763-3325 Télécopieur: (418) 763-5631 Services à : Sainte-Anne-des-Monts, Cap-Chat, Caplan, New Carlisle.

Fatima

Centre de réadaptation des Îles

Téléphone : (418) 986-3590 Télécopieur: (418) 986-5778

Chaudière-Appalaches

Lévis

Centre de réadaptation l'Estran

Téléphone: (418) 833-3218
Télécopieur: (418) 833-9849
Services à: Lévis, LaurierStation, Lotbinière, Montmagny,
Saint-Jean-Port-Joli, SaintFabien-de-Panet, Saint-Romuald,
Saint-Lazare.

Saint-Georges-Est

Centre Victor Cloutier Téléphone : (418) 228

Téléphone: (418) 228-2051 Télécopieur: (418) 228-3072 Services à Saint-Georges-Est, Thetford Mines, Sainte-Marie, Sainte-Justine, Lac-Etchemin, Saint-Prosper.

Laval

Centre Miriam (Montréal)

Téléphone: (514) 345-0210 Télécopieur: (514) 345-8965 Centre de réadaptation Normand-Laramée

Téléphone : (514) 967-1732 Télécopieur: (514) 967-1736

Lanaudière

Repentigny

Regroupement des CRDI de Lanaudière

Téléphone : (514) 582-1416 Télécopieur: (514) 582-2297

Laurentides

Rosemère

Centre du Florès

Téléphone : (514) 437-7711 Télécopieur: (514) 437-7700

L'Annonciation

CH des Laurentides

et CR des Hautes-Vallées

Téléphone: (819) 275-7115 Télécopieur: (819) 275-2464 Services à : L'Annonciation, Labelle, Lac-Nominingue, Sainte-Véronique, Mont-Laurier, Sainte-Agathe-des-Monts.

Montérégie

Granby

Le Centre Butters/Savoy inc.

Téléphone: (514) 375-4645
Télécopieur: (514) 375-4863
Services à : Waterloo, East
Farnham, Lac-Brome, Brigham,
Granby, Cowansville, Farnham,
Saint-Hyacinthe, Acton Vale,
Beloeil, Mont-Saint-Hilaire,
Sorel, Sainte-Madeleine.

Chambly

C.R. Horizon

Téléphone: (514) 658-4341 Télécopieur: (514) 658-4344 Services à : Brossard, Longueuil, Chambly, Saint-Hubert, Lemoyne.

Saint-Jean-sur-Richelieu Le Renfort Inc.

Téléphone: (514) 348-6121 Télécopieur: (514) 348-8440 Services à : Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu, Lacolle.

La déficience intellectuelle

Au Québec



Liste des établissements membres de la FQCRPDI (suite)

Québec

Beauport

Centre hospitalier Robert Giffard

Téléphone: (418) 663-5138 Télécopieur: (418) 663-1403

Baie Saint-Paul

Centre hospitalier de Charlevoix

Téléphone: (418) 435-5150 Télécopieur: (418) 435-3315 Services à : Baie Saint-Paul, La Malbaie, Petite Rivière-Saint-François, L'Ange Gardien.

Estrie

Sherbrooke

East Angus.

Centre de réadaptation Estrie Inc.

Téléphone: (819) 346-8411 Télécopieur: (819) 564-7670 Services à : Sherbrooke, Lac Mégantic, Asbestos, Windsor, Laurentides

Sainte-Marguerite du Lac Masson

Résidence Sainte-Marguerite inc. Téléphone: (514) 228-2877 Télécopieur: (514) 228-4408

Liste des établissements indépendants de la FOCRPDI

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Hôpital de Mont-Joli inc.

Téléphone: (418) 775-7261 Télécopieur: (418) 775-8607

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

C.E.D.A.P. Lac Saint-Jean Inc.

Téléphone: (418) 668-7925 Télécopieur: (418) 668-0790 Services à : Alma, Roberval, Dolbeau.

La Villa des Lys

Téléphone: (418) 662-3447 Télécopieur: (418) 662-7870

Chicoutimi

Institut Roland Saucier

Téléphone: (418) 549-5474 Télécopieur: (418) 549-8143

Ouébec

Beauport

Clinique Roy-Rousseau

Téléphone: (418) 663-5711 Télécopieur: (418) 663-5727

Charlesbourg

CLSC La Source - Foyer

La Maisonnée

Téléphone: (418) 849-2572 Télécopieur: (418) 849-0661

Mauricie-Bois-Francs

Grand-Mère

Ateliers Centre du Québec

Téléphone: (819) 533-5724 Télécopieur: (819) 533-4632 Services à : Grand-Mère, Drummondville, Cap-de-la-Madeleine, Victoriaville-

Arthabaska, Louiseville.

Victoriaville-Arthabaska

Centre d'accueil Nor-Val

Téléphone: (819) 758-6272 Télécopieur: (819) 758-4448 Services à : Victoriaville-Arthabaska, Plessisville, Saint-Pierre-Baptiste, Warwick, Drummondville.

La Tuque

Centre de réadaptation

du Lac Édouard

Téléphone: (819) 523-7656 Télécopieur: (819) 523-9842

Saint-Wenceslas

Centre l'Aubier

Téléphone: (819) 224-7669 Télécopieur: (819) 224-7712

Trois-Rivières

Centre Les Deux Rives

Téléphone: (819) 378-6111 Télécopieur: (819) 378-6783



Au Québec



Liste des établissements indépendants de la FQCRPDI (suite)

Montréal

Les Ateliers Le Cap - Centre d'adaptation professionnelle

Téléphone : (514) 335-7100 Télécopieur: (514) 339-5483

Montréal

Atelier le Fil d'Ariane Inc.

Téléphone: (514) 842-5592 Télécopieur: (514) 842-8343 Centre d'accueil La Spirale

Téléphone : (514) 274-5571 Télécopieur: (514) 274-8905 Services à : Montréal, Lasalle.

Centres Marronniers

Téléphone : (514) 255-4025 Télécopieur: (514) 255-7620 *Hôpital Rivière-des-Prairies*

Téléphone: (514) 323-7260 Télécopieur: (514) 323-8622 Les Foyers de Transition

Téléphone: (514) 374-8114

Montréal-Nord

Centre d'accueil Sénécal

Téléphone : (514) 327-9933 Télécopieur: (514) 327-9861 Services à : Montréal.

Montréal-Nord.

Anjou

À la Croisée

Téléphone: (514) 353-2991 Télécopieur: (514) 353-1067 Services à : Montréal, Anjou,

Saint-Léonard.

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Centre hospitalier Mgr Ross

Téléphone : (418) 368-2291 Télécopieur: (418) 368-6730

Chaudière-Appalaches

Lac-Etchemin

Le Sanatorium Bégin

Téléphone : (418) 625-3101 Télécopieur: (418) 625-3109

Laval

Centre d'intégration Socioprofessionnelle de Laval

Téléphone : (514) 668-9840 Télécopieur : (514) 688-6081

Centre Louise Vachon Téléphone : (514) 687-2970

Télécopieur: (514) 687-4184

Lanaudière

Repentigny

La Maisonnée Laurendière (Foyer de groupe)

Téléphone : (514) 582-1416 Télécopieur : (514) 582-2297 Services à : Repentigny,

Laurentides.

Joliette

L'Atelier du Fil au Bois

Téléphone: (514) 756-1642
Télécopieur: (514) 756-6673
Services à : Joliette, Repentigny,
Rawdon, Saint-Gabriel-deBrandon, Mascouche.

L'Assomption

Centre d'accueil L'Envol

Téléphone : (514) 589-2213 Télécopieur: (514) 589-4581

Laurentides

Lafontaine

Centre de réadaptation La Ruche

Téléphone : (514) 436-5333 Télécopieur: (514) 431-5813 Services à : Lafontaine

Services à : Lafontaine, Boisbriand, Saint-Eustache,

Saint-Jérôme. **Lachute**

CAPAR Inc.

Téléphone : (514) 562-8563 Télécopieur: (514) 562-7302

Lafontaine

Pavillon Sainte-Marie Inc.

Téléphone: (514) 438-3583 Télécopieur: (514) 438-7481 Services à : Lafontaine, Saint-

Jérôme.

Montérégie

Saint-Jean-sur-Richelieu *Maribro Inc.*

Téléphone: (514) 348-0947 Télécopieur: (514) 348-0949

a déficience intellectuelle

Association du Québec pour l'intégration sociale 3958, rue Dandurand Montréal (Québec) H1X 1P7



Objectif

Depuis 40 ans, **L'AQIS** est une fédération d'associations de parents, de personnes ayant une déficience intellectuelle et de leurs amis. L'Association est vouée à la reconnaissance, à la promotion et à la défense des droits des personnes ayant une déficience intellectuelle et ceux de leurs familles. Le but de l'**AQIS** est d'aider ces personnes à vivre comme des citoyens et citoyennes à part entière et que leurs familles s'épanouissent de façon harmonieuse.

Services offerts

- Sensibiliser les professionnels et le public sur les besoins des personnes ayant une déficience intellectuelle et ceux de leurs familles.
- * Soutenir les associations membres.
- Trouver des moyens de remédier à la vulnérabilité des personnes ayant une déficience intellectuelle.
- Préparer des mémoires sur les projets de lois québécois.
- Organiser des colloques et des conférences pour les parents et les intervenants.
- Banque de documentation.

Programmes spéciaux offerts par l'AQIS

Comité scolaire

Objectifs

- Promouvoir l'accès des élèves présentant une déficience intellectuelle à la classe régulière de l'école de quartier et ce, pout tous les niveaux d'enseignement.
- Affirmer les positions du comité de l'AQIS en matière d'intégration scolaire des personnes vivant avec une déficience intellectuelle et réagir aux projets de politique ou programmes visant l'intégration sociale de ces personnes.

Comité emploi

Objectifs

• Promouvoir l'accès des personnes présentant une déficience intellectuelle à un emploi dans un milieu de travail régulier, peu importe le degré de leurs limitations.

a déficience intellectuelle

Au Québec



Associations membres de l'AQIS

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Association pour l'intégration sociale

Téléphone: (418) 723-2422 Télécopieur: (418) 722-6113 Comité des usagers - Les Services d'Adaptation Osmose

Téléphone : (418) 724-4635 Télécopieur: (418) 722-6113

Mont-Joli

Association pour l'intégration sociale de la Mitis

Téléphone : (418) 775-8136

Rivière-du-Loup

Association de parents pour jeunes en difficulté d'apprentissage

Téléphone: (418) 862-0345

Saguenay-Lac Saint-Jean

Association pour pour la promotion des Droits des Personne handicapées de Jonquière

Téléphone : (418) 548-5832

ou 547-1943

La Doré

Association Jeannoise pour l'intégration sociale Inc.

Téléphone : (418) 256-3651

Chicoutimi

Association pour le développement de la Personnes handicapée Intellectuelle du Saguenay (ADHIS)

Téléphone: (418) 543-0093 Télécopieur: (418) 549-5281 Regroupement Intégration Scolaire Saguenay

Téléphone: (418) 543-7903

Mistassini

Groupe Espoir inc.

Téléphone: (418) 276-8337

Saint-Bruno

Comité des usagers -La Villa des Lys Inc.

Téléphone : (418) 343-2600 Télécopieur: (418) 662-7870

Comité des usagers -Le Claire Fontaine

Téléphone : (418) 275-1360 Télécopieur: (418) 275-6595

Alma

Comité des usagers - CEDAP

Téléphone : (418) 668-7925 Télécopieur: (418) 668-0790

Québec

Association pour l'intégration sociale (région de Québec)

Téléphone : (418) 622-4290 Télécopieur: (418) 622-1683

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Association de parents d'enfants handicapés (A.P.E.H.)

Téléphone : (819) 691-0342 Télécopieur: (819) 374-3200

Shawinigan-Sud

Association pour la déficience intellectuelle Centre-Mauricie

Téléphone : (819) 537-0510 Télécopieur: (819) 536-2692

Victoriaville

Association pour l'Intégration Sociale (Région Bois-Francs) Téléphone : (819) 758-0574

Trois-Rivières

Comité des usagers - Secteur Centre/ Centre de Services en Déficience Intellectuelle Mauricie/Bois-Francs

Téléphone : (819) 379-6868,

poste 34

Télécopieur: (819) 379-5155

La Tuque

Comité des usagers - Secteur La Tuque/ Centre de Services en Déficience Intellectuelle Mauricie-Bois-Francs

Téléphone : (819) 523-5537

Drummondville

Comité des usagers - Secteur Nor-Vall Centre de Services en Déficience Intellectuelle Mauricie/Bois-Francs

Téléphone : (819) 478-3092

Estrie

Sherbrooke

Association de Sherbrooke pour l'intégration sociale inc.

Téléphone: (819) 346-2227 Télécopieur: (819) 346-2227 Association du Syndrome

de Down de L'Estrie Téléphone : (819) 569-8112

Téléphone : (819) 569-8112 Télécopieur : (819) 563-9944

Montréal

Pointe-Claire

Association de l'Ouest de l'Île pour les Handicapés Intellectuels Inc.

Téléphone : (514) 694-7090 Télécopieur: (514) 694-5839

Montréal

Corporation l'Espoir du Déficient

Téléphone : (514) 367-3757 Télécopieur: (514) 367-6606

Association de Montréal pour la déficience intellectuelle (AMDI)

Téléphone: (514) 381-2307 Télécopieur: (514) 381-0454 Regroupement de parents de personne ayant une déficience intellectuelle de Montréal

Téléphone : (514) 593-5310

La déficience intellectuelle

Au Québec



Associations membres de l'AQIS (suite)

Parents et Amis Représentant le Handicapé Intellectuel (PARHI)

Téléphone : (514) 721-2932 Télécopieur: (514) 721-2932

Outaouais

Hull

Association pour l'intégration communautaire de l'Outaouais (APICO)

Téléphone : (819) 771-6219 Télécopieur: (819) 770-9076

Buckingham

Association pour enfants exceptionnels de Papineau Inc. Téléphone : (819) 986-5758

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Association pour l'Intégration Sociale Inc.

Téléphone : (819) 762-3765

Ville-Marie

Association des Parents d'Enfants Handicapés du Témiscamingue

Téléphone : (819) 622-1126 Télécopieur: (819) 622-0020

Côte-Nord

Baie-Comeau

Table de concertation des associations de personnes handicapées de la Côte-Nord Téléphone : (418) 589-3634 Télécopieur: (418) 589-4612 Module d'épanouissement à la vie Manicouagan

Téléphone :(418) 296-0103 Télécopieur: (418) 296-0103 Module d'épanouissement à la vie de Havre Saint-Pierre

Téléphone : (418) 538-3419 Module d'épanouissement à la vie Sacré-Coeur (secteur B.E.S.T.)

Téléphone : (418) 236-4433 Module d'épanouissement à la vie de Sept-Iles

Téléphone: (418) 968-3022

Chaudière-Appalaches

Lac Etchemin

Nouvel Essor

Téléphone: (418) 625-9082 Télécopieur: (418) 625-3423 Saint-Georges-de-Beauce Association pour l'intégration

Association pour l'intégration sociale (A.I.S.) (région Beauce-Sartigan)

Téléphone : (418) 228-5021 Télécopieur: (418) 228-3072

Thetford Mines

Association Renaisssance de la Région de l'Amiante Téléphone : (418) 335-5636

Laval

Association de Laval pour la Déficience Intellectuelle

Téléphone: (514) 973-1680 Télécopieur: (514) 973-1681 Regroupement pour l'Intégration dans la Communauté de Rivière des Prairies

Téléphone: (514) 625-5601

Lanaudière

Repentigny

Association de parents d'enfant trisomique-21 Laurentides Lanaudière

Téléphone : (514) 654-4116

Terrebonne

La Rose Bleue, Association de personnes handicapées des Moulins

Téléphone: (514) 471-9983 Entraide pour la déficience Intellectuelle du Joliette Métropolotain inc.

Téléphone : (514) 759-9621 Télécopieur: (514) 759-9102

Laurentides

Association de parents d'enfant trisomique-21 Laurentides Lanaudière (Repentigny) Téléphone : (514) 654-4116

Pointe-Calumet

Association pour déficients mentaux La Libellule inc. Téléphone : (514) 472-4532

Sainte-Agathe-des-Monts Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides

Téléphone: (819) 326-5202 Télécopieur: (819) 326-9014 Association de Saint-Jérôme pour l'intégration sociale Téléphone: (514) 565-1886



Au Québec



Associations membres de l'AQIS (suite)

Montérégie

Action Intégration Brossard Téléphone : (514) 676-5058 Télécopieur: (514) 676-5686 Association des Parents des enfants handicapés de la région de Saint-Hyacinthe inc. Téléphone: (514) 774-5505

ou 792-3958

Association de la déficience intellectuelle de la Région

de Sorel

Téléphone : (514) 743-0664 Télécopieur: (514) 743-1769

Saint-Jean-sur-Richelieu Association du Haut-Richelieu pour la Déficience Intellectuelle

Téléphone : (514) 347-2324 Télécopieur: (514) 347-4417

Beloeil

Association de la Vallée du Richelieu pour les déficients mentaux (AVRDM)

Téléphone: (514) 467-8644

Saint-Lambert

Association de la Rive-Sud pour la Déficience Intellectuelle Téléphone: (514) 671-5344

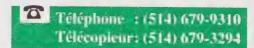
Télécopieur: (514) 671-6733

Huntingdon .

Châteauguay Valley Association

for Community Living Téléphone: (514) 829-2413 Association Granby pour la déficience intellectuelle Téléphone: (514) 378-7504

Association de Parents de l'Enfance en difficulté de la Rive-Sud de Montréal Ltée 360, rue Cherbourg Longueuil (Québec) J4J 4Z3



L'APEDRSM s'intéresse au vécu des enfants et des adolescents en difficulté et de leur famille, ainsi qu'à la recherche de solutions et à la défense de leurs droits.

Objectifs

- * Se regrouper pour s'entraider et mieux vivre avec un enfant ou un adolescent en difficulté.
- * S'informer des droits des enfants et des adolescents ainsi que des services existants.
- Collaborer à la mise sur pied de ressources pour les jeunes et leurs parents.
- * Sensibiliser les organismes concernés à la problématique des familles avec un enfant ou un adolescent en difficulté.
- Éveiller l'opinion publique sur les besoins de ces familles.
- Promouvoir l'intégration sociale de l'enfant et de l'adolescent en difficulté et de sa famille.

Services offerts

Parents et intervenants

- Écoute téléphonique.
- Orientation.

a déficience intellectuelle

- Bulletin d'information l'Envol.
- Documentation.
- Soirées d'information.
- Sessions de formation.
- Comité de parents d'enfants et d'adolescents hyperactifs.
- Comité de rédaction de l'Envol.
- Groupes d'entraide.

Jeunes

- · Loisirs du samedi.
- · Quilles.

- Hockey.
- · Ludothèque.
- Camps de jour : «À toi de jouer» (Longueuil) et «Viens jouer avec nous» (Beloeil).
- Institut québécois de la déficience mentale 3958, rue Dandurand Montréal (Québec) H1X 1P7



Objectifs

- Développer les compétences.
- Favoriser le partage des expertises.
- Soutenir l'Association du Québec pour l'intégration sociale (AQIS) dans l'exercice de sa mission de promotion des intérêts et de reconnaissance des droits de personnes ayant une déficience intellectuelle.

Services offerts

- Sessions de formation s'adressant aux divers intervenants.
- Promotion de la recherche en déficience intellectuelle.
- Service de documentation contenant la plus grande source d'information sur la déficience intellectuelle au Québec (consultation de documents, prêts, location de matériel audiovisuel, photocopies, etc.).
- Librairie, qui comprend une centaine de titres en vente.
- La Fondation Peter Hall
 1455, rue Rochon
 Saint-Laurent (Québec) H4L 1W1





a déficience intellectuelle

Objectifs

- Contribuer par des études, par le soutien de projets de recherche de nature scientifique ou de toute autre façon au développement des connaissances et outils de travail concernant la personne handicapée mentale.
- Établir des liens de services entre les différents organismes et/ou corps publics dans une optique d'interdisciplinarité avec les milieux de l'éducation, de la réadaptation ou du travail, en vue de l'intégration socio-économique des personnes handicapées mentales.
- Aider, établir et gérer des centres d'apprentissage au travail pour permettre à ces personnes d'acquérir ou de parfaire des notions qui les rendraient plus aptes à devenir des citoyens à part entière.
- Agir pour ces personnes, dans les limites de la loi, à titre de curateur aux biens et de tuteur à la personne et aux biens et gérer à titre de fiduciaire les fonds reçus par legs, par dons ou de toute autre manière.

Services offerts

- Recherche et développement.
- Atelier d'apprentissage et de travail.
- · Curateur et tutorat.
- Activités socio-culturelles, loisirs et sports.
- Société d'aide au développement affectif de l'enfant

Le Camp Tournesol 1122, rue Sainte-Catherine Ouest Montréal (Québec) H3B 1H4



Objectif

Le Camp Tournesol est une colonie de vacance estivale spéciale pour les enfants et les jeunes adultes qui ne s'intègrent nulle part ailleurs. Le Camp apporte répit et espoir aux familles d'enfants hyperactifs, atteints de troubles déficitaires de l'attention, de mutisme sélectif et d'autisme.

a trisomie 21

Description

La trisomie 21 désigne un état et non une maladie. Elle est présente dès la conception. C'est une aberration au niveau des chromosomes (le 21e est triple).

Symptômes

Les personnes ayant une trisomie ont un certain retard dans leur développement physique et intellectuel et présentent des difficultés d'apprentissage.

Des programmes de stimulation précoce peuvent toutefois leur permettre d'acquérir un bon degré d'autonomie leur permettant dans certains cas de compléter une certaine scolarisation et d'intégrer le marché du travail.

Associations et organismes

 Association de parents d'enfants trisomiques du Montréal Métropolitain Inc.
 739, rue de la Commune Ouest Montréal (Québec) H3C 1X7



Objectifs

- Participer activement à l'intégration sociale des personnes ayant une trisomie.
- Défendre et respecter leurs droits.
- Sensibiliser la population face à la trisomie 21.
- Apporter l'information nécessaire et pertinente aux parents et professionnels.
- Représenter les parents auprès de la population.
- Aplanir leurs difficultés face à la société.

Services offerts

- Approche aux nouveaux parents.
- Rencontres sociales et culturelles.
- · Conférences avec professionnels.
- Programme d'échanges d'aide entre parents.
- Bulletin d'information «L'Intégral», publié quatre fois par année.
- Matériel adapté disponible (jouets et instruments spécialisés).

Il existe aussi des groupes membres de l'Association québécoise pour l'intégration sociale (AQIS) qui offrent des services adaptés aux personnes qui vivent la trisomie 21 ainsi qu'à leurs proches.

Estrie

Sherbrooke

 Association du Syndrome de Down de L'Estrie



Lanaudière et Laurentides

Repentigny

 Association de parents d'enfant trisomique-21 Laurentides-Lanaudière









Hôpital Louis-H. Lafontaine "Affilié à l'Université de Montréal"

CENTRE DE SANTÉ MENTALE POUR ADULTES

7401 RUE HOCHELAGA MONTRÉAL (Québec) H1N 3M5

(514) 251-4000

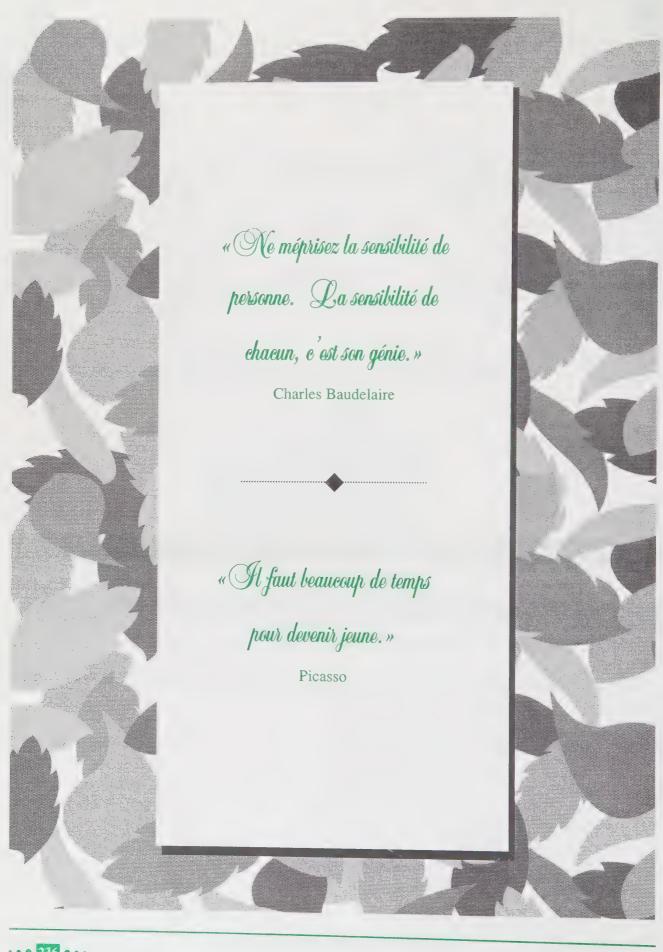


PUBLICITÉ DE SOUTIEN

CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉFICIENCE INTELLECTUELLE

• CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉFICIENCE INTELLECTUELLE KRTB

101, rue de l'Église, Saint-Cyprien, Rivière-du-Loup (Québec) G0L 2P0 (418) 963-2016



CHAPITRE 3

Les problèmes sociaux





es problèmes sociaux

a vie en groupe est indissociable de l'espèce humaine. Depuis la nuit des temps, l'être humain préfère vivre avec ses semblables. Tous les aspects de la personne sont influencés plus ou moins fortement par la vie en société : les valeurs que nous avons, les comportements que nous adoptons, etc.

Mais la société, spécialement la nôtre, dite civilisée, devient de plus en plus complexe et ne garantit pas un épanouissement maximal. Le choc des individualismes, associé aux comportements et valeurs pas toujours justes et honnêtes véhiculés par la société, peuvent être préjudiciables à plusieurs personnes ou groupes, avec des conséquences certaines sur la santé physique ou mentale.

Dans ce chapitre, nous avons isolé certains problèmes et phénomènes et donnons les ressources disponibles aux gens qui en souffrent.



Description

n est toujours étonné du nombre de personnes analphabètes au Québec. Qui pourrait croire qu'avec notre système d'éducation de base accessible à tous, nombre de gens éprouvent de la difficulté à lire, à écrire ou à compter ?

Le problème existe pourtant. L'analphabétisme a plusieurs définitions. Certaines personnes ne peuvent tout simplement pas lire et écrire. D'autres arrivent à lire mais ne peuvent en comprendre exactement le sens. On parle aussi d'analphabétisme quand une personne a de la difficulté à effectuer des opérations mathématiques simples.

Une enquête de **Statistique Canada** menée en 1990 est arrivée à des conclusions plutôt sérieuses :

- 6 % des adultes québécois (de 16 à 69 ans) ne peuvent ni lire ni écrire ;
- 13 % des adultes québécois ne peuvent que repérer un mot familier dans un texte simple ;
- 27 % des adultes québécois peuvent tout juste effectuer des opérations mathématiques simples comme l'addition et la soustraction.

Il est très important d'encourager l'éducation et l'alphabétisation, particulièrement maintenant dans ce qu'on appelle la «société de l'information». Une bonne insertion sociale et professionnelle est favorisée par la connaissance de l'écriture et de la lecture.

Associations et organismes

Commissions scolaires

Les commissions scolaires offrent des activités d'alphabétisation dans le cadre de leur service d'éducation aux adultes. Nous vous invitons à contacter celle de votre région pour de plus amples renseignements.

- Fédération des commissions scolaires du Québec
- La Fondation québécoise pour l'alphabétisation

133, rue de la Commune 4e étage Montréal (Québec) H2Y 2C7 Téléphone : (514) 289-1832 Sans frais : 1 800 361-9142 Télécopieur: (514) 849-7201

Téléphone : (418) 651-3220

Objectifs

- Faire connaître la situation des personnes analphabètes.
- Faire part des services qui existent dans le domaine de l'alphabétisation.
- Lutter contre les préjugés concernant l'analphabétisme.
- Responsabiliser les divers intervenants sociaux et les faire participer à l'élaboration de solutions pratiques au problème de l'analphabétisme.

Services offerts

- Ligne téléphonique, où la Fondation peut :
 - mettre les gens en contact avec des organismes offrant des activités d'alphabétisation ;
 - collaborer avec d'autres organismes pour sensibiliser la population à l'analphabétisme et aux solutions possibles ;
 - renseigner le grand public sur la problématique de l'alphabétisation ;
 - discuter des projets des gens du milieu intéressés à contrer l'analphabétisme ;
 - recevoir les suggestions et trouvailles du grand public.
- Actions de toutes sortes (Semaine québécoise de l'alphabétisation qui se tient dans la 3e semaine d'octobre, représentation auprès des décideurs, aide dans l'exercice du droit de vote des analphabètes, soutien des intervenants familiaux dans la prévention de l'analphabétisme, alphabétisation en milieu de travail et campagnes de financement).
- Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la condition féminine (CDEACF)

1265, rue Berri Bureau 340 Montréal (Québec) H2L 4X4



Le CDEACF réunit une documentation de base pour l'information, l'intervention et la recherche dans plusieurs domaines, dont l'alphabétisation.

Services offerts

Les services suivants sont offerts aux intervenants de groupes populaires, aux institutions d'enseignement ainsi qu'à toute personne ou groupe intéressé par, entre autres, l'alphabétisation :

- · accueil personnalisé et consultation de documents sur place ;
- formation en gestion de documents ;

- photocopie et télécopie ;
- prêt de documents (et prêt inter-bibliothèques);
- * recherche informatisée;
- * référence par téléphone ;
- ° possibilités de visionnement de documents audiovisuels ;
- * productions IFPCA.
- The Center for Literacy /
 Le Centre de l'alphabétisation

Collège Dawson 3040, rue Sherbrooke Ouest Montréal (Québec) H3Z 1A4



Objectif

Favoriser et promouvoir l'avancement de l'alphabétisation dans les écoles, dans les lieux de travail et dans la communauté.

Services offerts

- Cinq mille livres, documents écrits et audiovisuels traitant de tous les aspects de l'alphabétisation. Une liste de documents traitant d'un sujet particulier peut être commandée et le matériel est disponible à l'emprunt, sur place ou par un prêt interbibliothèques.
- Information sur une multitude de programmes d'alphabétisation partout au Canada.
- * Formation de professeurs et de tuteurs en milieu scolaire et dans la communauté.
- ^o Séminaires et institut estival où se retrouvent les professeurs, les tuteurs, les administrateurs ainsi que les décideurs politiques.
- * Travail en partenariat avec l'entreprise et le milieu ouvrier afin de cerner les besoins spécifiques de l'alphabétisation en milieu de travail.
- * Feuillet d'information, «Literacy Across the Curriculum», publié 4 fois l'an, en plus d'un supplément appelé «Media Focus».
- Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec 5040, boulevard Saint-Laurent

Montréal (Québec) H2T 1R7

Téléphone : (514) 277-9976 Télécopieur: (514) 277-2044

Cet organisme réunit une multitude de groupes populaires qui offrent des activités d'alphabétisation partout au Québec.

analphabétisme 'analphabétisme'

Au Québec



Regroupement des groupes populaires en alphabétisation (suite)

Bas-Saint-Laurent

Matane

La Gigogne Inc.

Téléphone: (418) 562-3377

Rimouski

Comité alphabétisation

Bas St-Laurent

Téléphone: (418) 724-6749

Trois-Pistoles

Centre d'alphabétisation des

Basques Inc.

Téléphone: (418) 851-4088

Saint-Cyprien

Centre d'apprentissage Clé Inc.

Téléphone: (418) 963-3438

Rivière-du-Loup A B C des Portages

Téléphone: (418) 862-9998

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Groupe Centre Lac d'Alma

Téléphone: (418) 668-3357 La Clé (Centre de lecture

et d'écriture)

Téléphone: (418) 669-6125

Jonquière

Centre d'alphabétisation

de Jonquière

Téléphone: (418) 547-7514

Saint-Ambroise

Regroupement des centres

d'alphabétisation Mot à Mot

Téléphone: (418) 672-6272

Saint-Honoré

Centre alpha de Canton

Tremblay

Téléphone: (418) 673-4801

Centre alpha de Falardeau

Téléphone: (418) 673-4801

Centre alpha de Saint-Honoré

Téléphone: (418) 673-4801

Atelier de lecture et d'écriture de Chicoutimi

Téléphone: (418) 673-4801

Saint-Félicien

Le Centre d'alphabétisation du comté Roberval Inc.

Téléphone: (418) 679-5737

La Baie

Centre alpha de La Baie

Téléphone: (418) 544-2586

Albanel

Comité d'alpha d'Albanel

Téléphone: (418) 279-3357

Laterrière

Centre alpha de Laterrière Inc.

Téléphone: (418) 678-2820

Larouche

Organisme d'alphabétisation

Lettres Vivantes

Téléphone: (418) 542-5675

Québec

Ouébec

Atout-lire

Téléphone: (418) 524-9353

Stoneham

Alpha Stoneham

Téléphone: (418) 848-3427

Sillery

Le conseil d'alphabétisation

Laubach de la région de Québec

Inc. / Quebec City (Laubach)

Reading Council

Téléphone: (418) 688-8733

Vanier

Alphabeille Vanier

Téléphone: (418) 527-8267

Mauricie-Bois-Francs

Sainte Sophie-de Levrard

Centre d'action bénévole de la M.R.C. de Bécancour

Téléphone: (819) 288-5533

Saint-Léonard de Nicolet

Ludolettre

Téléphone: (819) 399-3023

Victoriaville

Éduco-pop des Bois-Francs

Téléphone: (819) 758-5239

Nicolet

Alpha-Nicolet (Service

d'éducation populaire en

alphabétisation)

Téléphone: (819) 293-5745

Drummondville

Concertation éducative et

culturelle de Drummond

Téléphone: (819) 474-6416

Trois-Rivières

Centre d'organisation mauricien

de services et d'éducation populaire (COMSEP)

Téléphone: (819) 378-6963

Pointe-du-Lac

Centre d'éducation populaire

de Pointe-du-Lac

Téléphone: (819) 377-3309

Louiseville

La Clé en éducation populaire

de Maskinongé

Téléphone: (819) 228-8071

Estrie

Sherbrooke

Le collectif d'alphabétisation des travailleurs (La Maison alpha)

Téléphone: (819) 569-0022

L'Arbralettre

Téléphone: (819) 562-1466

Conseil d'alphabétisation Saint-François - Saint-Francis Literacy

Council

Téléphone: (819) 346-7009

Cookshire

Centre de services éducatifs populaires du Haut Saint-François

Téléphone: (819) 875-3257



An Québec



Regroupement des groupes populaires en alphabétisation (suite)

Montréal

Afro-Canada Citizens Enhancement Society (ACCES)

Téléphone: (514) 482-8802

Maison d'Haïti

Téléphone: (514) 326-3022 Le comité d'éducation aux adultes de la Petite Bourgogne et Saint-Henri

Téléphone : (514) 596-4422 Centre éducatif des haïtiens

de Montréal

Téléphone: (514) 271-2218

Un Mondalire

Téléphone: (514) 640-9228

Carrefour d'éducation populaire

de Pointe St-Charles

Téléphone: (514) 596-4444

Le tour de lire

Téléphone: (514) 521-2075 Le centre des lettres et des mots (CLEM) / collectif d'alphabétisation de Mercier

Téléphone : (514) 355-1641

Reading Council for Literacy Advance in Montreal

Téléphone : (514) 849-3677

Lettres en main

Téléphone : (514) 729-3056

La clé (Centre de lecture

et d'écriture)

Téléphone : (514) 527-9097 Centre haïtien d'animation et

d'intervention sociale (CHAIS)

Téléphone: (514) 271-7563

Centre communautaire des haïtiens de Rivière-des-Prairies

Téléphone : (514) 648-8054

L'Atelier des lettres en

alphabétisation de Centre-Sud

Téléphone: (514) 524-0507

Le centre d'alphabétisation de Villeray La Jarnigoine Inc.

Téléphone: (514) 273-6683 Centre d'alphabétisation N-A

Rive de Montréal

Téléphone: (514) 278-2157 Collectif de recherche et d'intervention Kiskeya (CRIK)

Téléphone : (514) 735-8867

Centre d'aide communautaire éducative et pédagogique à

Montréal (CACEP)

Téléphone : (514) 272-4113 Ateliers d'alphabétisation du

S.A.C. Anjou Inc.

Téléphone : (514) 354-4299 Centre de recherche-action éducative et sociale

multiethnique de Montréal

Téléphone: (514) 955-4462 Centre D.E.B.A.T. Montréal (Développement de l'éducation

de base au travail)

Téléphone: (514) 522-8691

Outaouais

Buckingham

Comité Alpha Papineau

Téléphone: (819) 986-7506

Shawville

Conseil d'alphabétisation de l'Ouest du Québec / The Western

Quebec Literacy Council Téléphone: (819) 647-3112

Hull

Centre d'éducation de base dans l'Outaouais (CEBO)

Téléphone: (819) 771-6556

Abitibi-Témiscamingue

Ville-Marie

Association des parents d'enfants handicapés du Témiscamingue Téléphone: (819) 622-1126

Témiscamingue

Association de projets éducatifs de Témiscamingue-Sud (APÉTS)

Téléphone: (819) 728-2332

La Sarre

Centre de croissance d'Abitibi-Ouest Inc.

Téléphone: (819) 333-3881

Laverlochère Alpha-Témis

Téléphone: (819) 765-3431

Côte-Nord

Port-Cartier POPCO Inc.

Téléphone : (418) 766-8047 Groupe d'alphabétisation populaire de Sept-Îles (LIRA)

Inc.

Téléphone: (418) 968-9843

Baie-Comeau

Maison alpha ABC Côte-Nord

Téléphone : (418) 589-0876

Nord-du-Québec

Chibougamau

Regroupement de «Bouches à Oreilles»

Téléphone: (418) 748-6714

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Conseil de la Gaspésie pour l'alphabétisme / Gaspésie Literacy Council

Téléphone : (418) 368-3375

Laval

Comité de bénévolat et d'alphabétisation Laurenval

Téléphone : (514) 688-2933

Au Québec



Regroupement des groupes populaires en alphabétisation (suite)

Lanaudière

Joliette

Regroupement des assistés sociaux de Joliette Métropolitain (RASJM)

Téléphone: (514) 759-4801

Berthierville

Centre d'action bénévole

d'Autray Inc.

Téléphone: (514) 836-7122

Terrebonne

A B C des Manoirs

Téléphone: (514) 471-9815

Sainte-Julienne

Coopérative de services multiples

de Lanaudière

Téléphone: (514) 831-3333

Laurentides

Sainte-Agathe-des-Monts

Association Alpha-Laurentides Téléphone: (819) 326-3733

Lachute

Conseil d'alphabétisation

Laurentien Inc. / Laurentian

Literacy Council Inc.

Téléphone: (514) 562-3719

Centre d'alphabétisation

d'Argenteuil Inc.

Téléphone: (514) 562-1996

Montérégie

Cowansville

Conseil de l'alphabétisation de Yamaska / Yamaska Literacy

Council

Téléphone: (514) 263-3775

Iberville

Centre d'action bénévole d'Iberville et de la Région Inc.

Téléphone: (514) 347-1172

Châteauguay

Le comité d'entraide populaire de Châteauguay (CEP)

Téléphone: (514) 699-9955

Greenfield Park

Le conseil de lecture de la Rive-Sud / South Shore Reading

Council

Téléphone: (514) 671-4375

Longueuil

La boîte à lettres de Longueuil

Téléphone: (514) 646-9273

Châteauguay

Alphabétisation de Châteauguay

Valley

Téléphone: (514) 691-9276

Laprairie

La clé des mots

Téléphone: (514) 659-7941

Pincourt

Comquat Inc.

Téléphone: (514) 453-3632

Saint-Polycarpe

La magie des mots

Téléphone: (514) 265-3562

Marieville

Comité d'alphabétisation locale

Marieville CALM

Téléphone : (514) 460-7492

Saint-Jean-sur-Richelieu

La porte ouverte (Groupe populaire en alphabétisation)

Téléphone ; (514) 349-6827

Granby

Alpha Haute-Yamaska Inc.

Téléphone : (514) 378-9788

Lemoyne

Groupe d'entraide Iota

Téléphone: (514) 465-1803

Lacolle

Comité ALA (Animation locale

en alphabétisation)

Téléphone: (514) 246-4131

Farnham

L'EDA (l'Éducation des adultes

en français de base)

Téléphone: (514) 293-7098

Saint-Hubert

L'écrit tôt de Saint-Hubert Téléphone : (514) 676-9847

 Literacy Partners of Quebec Collège Dawson
 3040, rue Sherbrooke Ouest

Montréal (Québec) H3Z 1A4



Cet organisme regroupe des ressources en alphabétisation accessibles à la communauté anglophone.

Au Québec



Literacy Partners of Quebec

Saguenay-Lac Saint-Jean 🐇

Cree School Board

Téléphone: (819) 855-2812 Services à : Mistassini

Eastern Quebec Regional S.B.

Téléphone: (418) 688-8733

Services à : La Baie

Ouébec

Sillery

Eastern Quebec Regional S.B.

Téléphone: (418) 688-8733

Services à : Ouébec

Quebec City Reading Council Téléphone: (418) 688-8730

Mauricie-Bois-Francs

Eastern Quebec Regional S.B.

Téléphone: (418) 688-8733

Services à : Trois-Rivières,

Shawinigan

Estrie

Sherbrooke

Eastern Townships S.B.

Téléphone: (819) 566-0250 Services à : Lennoxville,

Sherbrooke, Hatley, Compton,

Magog

Saint Francis Literacy Council

Téléphone: (819) 346-7009

Montréal

Saint-Laurent

Saint-Laurent Adult Center

Téléphone: (514) 747-9084

Verdun

Woodland Adult Center

Téléphone: (514) 767-1290

Psychiatric Hospital Schools,

PSBGM

Téléphone: (514) 762-3005

Westmount

Westmount Adult Center

Téléphone: (514) 932-2357

Saint-Léonard

La Commission scolaire

Jérôme Le Royer

Téléphone: (514) 721-0120

Pointe-Claire

Lakeshore / Baldwin Cartier

Téléphone: (514) 694-1470 Services à : Pointe-Claire,

Dorval, Ouest de l'Île Literacy Unlimited

Téléphone: (514) 694-9622

Montréal

Commission des écoles

catholiques de Montréal

Téléphone: (514) 596-7105 Le Centre d'éducation des

Adultes Lasalle

Téléphone: (514) 595-2047

Protestant School Board

of Greater Montreal

Téléphone: (514) 844-5546

ou 844-0412

James Lyng Adult Education

Centre

Téléphone: (514) 596 7449

Fraser Hickson Institute

Téléphone: (514) 489-5301

McGill Students For Literacy

Téléphone: (514) 398-5100

Quebec Board Of Black

Educators

Téléphone: (514) 937-0365

RECLAIM

Téléphone: (514) 849-3679

YWCA

Téléphone: (514) 866-9941

Jamaica Association

Of Montreal

Téléphone: (514) 737-8229

CECM Community Education

Services

Téléphone: (514) 596-4573

Outaquais

Shawville

Western Quebec Literacy Council

Téléphone: (819) 647-3112

Côte-Nord

Eastern Quebec Regional S.B.

Téléphone: (418) 688-8733

Services à : Sept-Îles

Nord-du-Québec

Eastern Quebec Regional S.B.

Téléphone: (418) 688-8733 Services à : Schefferville

Kativik School Board

Téléphone: (514) 636-8120

Chisasibi

Cree School Board

Téléphone: (819) 855-2812

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

New Carlisle

Regional School Board

of Gaspesia

Téléphone: (418) 368-6188

Services à : Gaspé, New Carlisle,

toute la côte gaspésienne

Gaspé

Gaspésie Literacy Council

Téléphone: (418) 368-3375

Chaudière-Appalaches

Eastern Quebec Regional S.B.

Téléphone: (418) 688-8733 Services à : Thetford Mines

Au Québec



Literacy Partners of Quebec (suite)

Laval

Laurenval School Board
Téléphone: (514) 688-2933

Lanaudière

Terrebonne

Read Canada Frontier College Téléphone : (514) 964-6736

Laurentides

Lachute

Laurentian School Board

Téléphone : (514) 562-3721 Services à : Lachute, région

des Laurentides

Laurenval School Board

Téléphone : (514) 688-2933 *Laurentian Literacy Council* Téléphone : (514) 562-3719

Montérégie

Cowansville

District of Bedford Regional S.B.

Téléphone : (514) 263-3775 Services à : Cowansville, Knowlton, Bedford

Ormstown

Protestant regional S.B. of Châteauguay Valley
Téléphone: (514) 829-3272

Services à : Ormstown, Châteauguay, Kahnawake, Huntingdon, Valleyfield,

Hemmingford

Lakeshore / Baldwin Cartier Téléphone : (514) 694-1470

Services à : Hudson Châteauguay

Chateauguay Valley Literacy

Council

Téléphone: (514) 691-9276

Huntingdon

Huntingdon Literacy Exchange

Téléphone : (514) 264-3387

Greenfield Park

South Shore Reading Council Téléphone: (514) 671-4375

 Mouvement d'éducation populaire et d'action communautaire du Québec (MÉPACQ)



Téléphone : (514) 843-3236

Ce mouvement regroupe quelque 450 organismes communautaires oeuvrant dans le domaine de l'éducation populaire. Contactez-le pour obtenir les coordonnées d'organismes pouvant offrir des activités d'alphabétisation.

 Programme national d'alphabétisation Secrétariat national à l'alphabétisation Développement des ressources humaines Canada

Ottawa, Ontario K1A 1K5

Téléphone : (819) 953-5280 ATS : (819) 953-2338 Télécopieur: (819) 953-8076

Objectif

Le mandat du **Programme national d'alphabétisation** est de faciliter la participation de tous les secteurs de la société aux efforts pour promouvoir l'alphabétisation au Canada, grâce entre autres, au financement de projets à l'échelle locale, régionale ou nationale.



Projets admissibles

Les activités pouvant être financées dans le cadre du Programme se classent en 5 catégories :

- élaboration de matériel didactique : matériel destiné aux apprenants ainsi qu'à la formation des tuteurs ;
- recherche : par exemple, on s'intéresse à des projets qui traitent de l'alphabétisation dans des secteurs précis de la population ou de l'économie ou bien qui visent à trouver des moyens d'améliorer l'alphabétisation des adultes ;
- amélioration de l'accès et de la participation : il existe un besoin d'en savoir davantage sur les moyens d'atteindre les gens et de rendre les programmes plus accessibles à tous, car le nombre de gens inscrits à des activités d'alphabétisation est faible comparé au nombre qui pourrait en bénéficier;
- amélioration de la coordination et du partage d'information : il est important que les innovations et les solutions dans le domaine de l'alphabétisation soient coordonnées et partagées avec tous les partenaires ;
- accroître la sensibilisation du public : il est particulièrement important de rallier tous les gens à la cause de l'alphabétisation dans notre société.

Organismes admissibles

- Les organismes sans but lucratif qui exercent leurs activités à l'échelle nationale, provinciale, régionale, communautaire ou à l'intérieur d'un quartier.
- Les institutions non gouvernementales, y compris les fédérations d'enseignants, les syndicats et les associations professionnelles.
- Tous les établissements d'enseignement postsecondaire du Canada.

Renseignements supplémentaires et demande de financement

Veuillez vous adresser au Secrétariat national à l'alphabétisation.



Définition

Une personne est dite itinérante quand :

- elle n'a pas d'adresse fixe;
- elle n'a pas de logement stable, sécuritaire et salubre pour les 60 jours à venir ;
- elle a un faible revenu;
- elle a une accessibilité réduite aux services institutionnels en raison de discrimination ;
- elle peut avoir des problèmes de santé mentale, d'alcoolisme, de toxicomanie ou de désorganisation sociale ;
- elle est dépourvue de groupe d'appartenance stable.

Cette définition, qui provient du **Comité des sans-abri de la Ville de Montréal** (1987), est une tentative d'arriver à un consensus sur la situation des personnes itinérantes. Une nouvelle définition est présentement à l'étude par les divers intervenants.

Statistiques

Le nombre d'itinérants, estimé à partir des utilisateurs des différentes ressources, se situe entre 15 000 et 20 000 à Montréal. Dans les autres régions, les chiffres sont peu disponibles car l'itinérance y est moins répandue, Montréal étant encore un pôle d'attraction pour plusieurs de ces gens. Quarante pour cent des personnes itinérantes sont des femmes et le tiers a moins de 30 ans. Toutefois, de nombreuses personnes (beaucoup de jeunes ainsi que des femmes travailleuses du sexe comme les prostituées et les danseuses nues) ne fréquentent pas les ressources et ne font pas partie des statistiques. Le vrai nombre de personnes itinérantes est très vraisemblablement supérieur à 20 000.

Causes

Les explications de l'itinérance sont l'objet de débats entre les divers intervenants en ce domaine. On peut expliquer l'itinérance par des combinaisons de facteurs que l'on peut séparer en 2 catégories :

- problèmes économiques et structurels de la société : aggravement des conditions économiques, précarisation de l'emploi, diminution du parc de logements locatifs à coût modique, désinstitutionnalisation psychiatrique (10 % de la population itinérante), manque de suivi des divers intervenants du réseau de la santé et des services sociaux, etc.
- problèmes psycho-sociaux plus individuels : perte d'emploi, rupture d'un lien affectif significatif, abandon familial, problèmes de santé mentale, problèmes de toxicomanie, etc.



Conséquences

L'instabilité financière et résidentielle a des conséquences importantes sur les personnes itinérantes :

- alimentation déficiente, avec tous les problèmes de santé que ce manque entraîne ;
- propagation de problèmes de santé publique : VIH, hépatite, tuberculose, etc. ;
- problèmes de santé mentale : ce qui est une cause chez certains est une conséquence chez d'autres ;
- délinquance mineure : vol de nourriture, introduction sans payer dans le métro, etc. ;
- · toxicomanie;
- isolement social;
- judiciarisation à outrance : surveillance accrue de la part de la police, incarcération fréquente, antécédent pénal nuisible à l'obtention de services, etc. ;
- victimisation : à cause de leurs conditions de vie, les personnes itinérantes sont des victimes idéales pour l'extorsion, le vol, les abus sexuels, les agressions physiques, la prostitution, etc.

Associations et organismes

 Réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal (RAPSIM)

94, rue Sainte-Catherine Est Montréal (Québec) H2X 1K7



Téléphone : (514) 879-1949

Objectifs

- Promouvoir et défendre les droits et les intérêts des personnes itinérantes.
- Briser l'isolement.
- Permettre l'échange d'opinions et de services entre les groupes membres du Réseau d'aide.
- Favoriser l'entraide et la concertation entre les membres.
- · Voir à la circulation de l'information relative à la problématique de l'itinérance.
- Offrir de la formation continue aux membres.
- Analyser les causes de la pauvreté. Apporter une réflexion critique sur les politiques sociales et économiques et prendre position publiquement.
- Promouvoir les intérêts de ses membres et les représenter auprès d'associations similaires, d'organismes gouvernementaux et de la population.
- Participer à l'identification de nouveaux besoins et favoriser la création de nouveaux services et/ou de nouvelles ressources adaptées aux besoins de la population itinérante.
- Assurer l'accessibilité aux services publics et à des services de qualité pour les personnes itinérantes.
- Favoriser la prise de parole des usagers des différentes ressources.

Q'itinérance

Organismes membres

Le **Réseau d'aide** compte près d'une cinquantaine d'organismes qui offrent des services divers aux personnes itinérantes :

- hébergement à court et à long terme ;
- centre de jour :
- · loisirs;

- repas ;
- réinsertion sociale :
- références et accompagnement ;
- thérapies pour toxicomanes;
- administration de chèques de la Sécurité du revenu du Québec ;
- etc.
- Centre de référence du Grand Montréal (C.R.G.M.)

881, boulevard de Maisonneuve Est Montréal (Québec) H2L 1Y8



Le C.R.G.M. a publié en 1994 le «Répertoire des ressources communautaires pour personnes itinérantes dans le Grand Montréal».

 Regroupement des maisons d'hébergement jeunesse du Québec 5095, 9e avenue Bureau 202 Montréal (Québec) H1Y 2J3



Objectifs

Les 24 établissements du Regroupement se spécialisent dans l'hébergement des jeunes sans abri et ont les objectifs suivants :

- pallier l'inexistence de services adéquats dans le réseau de la Santé et des Services sociaux;
- imaginer et actualiser une approche originale et participative de la résolution de problèmes de fond, tels la pauvreté et l'isolement social des jeunes ;
- dépasser l'aspect curatif (ou thérapeutique) de l'intervention pour en venir à une action axée sur la prévention ;
- contribuer à l'éclosion de pratiques innovatrices et efficaces en matière de relation d'aide et d'autofinancement ;
- créer un tissu d'interactions et d'entraide, un réseau de ressources communautaires ancré dans la réalité mouvante des défavorisés socio-économiques ;



- redonner aux jeunes du pouvoir sur leur vie et leur milieu ;
- devenir un lieu privilégié, significatif et durable d'appartenance, de référence et de ressourcement ;
- collaborer avec des partenaires dans l'actualisation des objectifs choisis ;
- prévenir l'itinérance chronique.

Champs d'intervention

- Subvention aux besoins primaires du résident : nourriture, vêtements, hébergement, hygiène, transport, etc.
- Valorisation : encouragement des réussites, atténuation des erreurs, stimulation des aspirations, etc.
- Enrichissement de l'environnement social : intégration au groupe, sport, culture, loisirs, travail, voyages, rencontres avec des jeunes appartenant à d'autres réseaux sociaux.
- Responsabilisation de la personne, afin qu'elle se prenne en charge et devienne autonome tant sur les plans social et politique que financier, par le biais de multiples activités.

Au Québec



Les maisons d'hébergement jeunesse

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Le Transit

Téléphone: (418) 724-9595

Saguenay-Lac Saint-Jean

La Baie

Maison de l'Espoir

Téléphone: (418) 545-9274

Jonquière

SOS Jeunesse

Téléphone: (418) 548-1558

Ouébec

Sainte-Foy

Hébergement jeunesse

Sainte-Foy

Téléphone: (418) 659-1077

Beauport

Gîte Jeunesse

Téléphone: (418) 666-3225

Mauricie-Bois-Francs

Victoriaville

Résidence le Hublot

Téléphone: (819) 752-3320

Drummondville

Habit-Action

Téléphone: (819) 472-4689

Estrie

Sherbrooke

La Source-Soleil

Téléphone: (819) 563-1131

Montréal

Service d'hébergement

Saint-Denis

Téléphone: (514) 374-6673

L'Auberge C.S.O.

Téléphone: (514) 768-4774

Tangente

Téléphone: (514) 252-8771

Les Habitations l'Escalier

Téléphone: (514) 252-9886

Passages

Téléphone: (514) 875-8119

Ressources jeunesse

de Saint-Laurent

Téléphone: (514) 747-1341

Hébergement jeunesse

Le Tournant

Téléphone: (514) 523-2157

L'Arrêt-Source

Téléphone: (514) 383-2335

L'Avenue

Téléphone: (514) 254-2244

Laval

L'Envolée

Téléphone: (514) 628-0907

'itinérance

Au Québec



Les maisons d'hébergement jeunesse (suite)

Lanaudière

Rawdon

Chaumière jeunesse

de Rawdon

Téléphone: (514) 834-2517

.Joliette

Maison Roland-Gauvreau Téléphone: (514) 759-2114

Mascouche

Centre Le Diapason

Téléphone: (514) 477-6201

Laurentides

Saint-Eustache

Accueil communautaire jeunesse

Téléphone: (514) 974-1510

Montérégie

Granby

Auberge Sous mon Toit Téléphone: (514) 378-4269

Longueuil L'Antre-Temps

Téléphone: (514) 651-0125

Autres ressources disponibles

Au Québec



Québec

Table de concertation sur l'itinérance de Québec

Téléphone: (418) 649-7731

Maison L'Auberivière

(hébergement et repas) Téléphone: (418) 694-9316

Maison Revivre

(hébergement et repas) Téléphone: (418) 523-4333

Armée du Salut

(hébergement)

Téléphone: (418) 692-3956 Café-Rencontre Centre-Ville

(repas)

Téléphone: (418) 640-0915

Soupe populaire

(repas)

Téléphone: (418) 692-1762

Maison Dauphine

(jeunes)

Téléphone: (418) 694-9616

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Centre le Havre

(services multiples)

Téléphone: (819) 371-1023

Shawinigan

Centre le Hamac

(hébergement et repas) Téléphone: (819) 536-4169

Montréal

Mission Old Brewery Mission

(services muliples)

Téléphone: (514) 866-6591

L'Odyssée

(jeunes)

Téléphone: (514) 721-6536

Café Lanouette

(centre de jour)

Téléphone: (514) 521-8619

En Marge 12-17

(jeunes)

Téléphone: (514) 849-7117

Spectre de rue

(travail de rue)

Téléphone: (514) 528-9803

Centre Booth - Armée du Salut

(services multiples)

Téléphone: (514) 932-2214

Mission Bon Accueil

(services multiples)

Téléphone: (514) 935-6395

Foyer pour femmes autochtones de Montréal

(hébergement)

Téléphone: (514) 933-4688

Logifem

(services multiples)

Téléphone: (514) 939-3172

Le Bunker -

Le Bon Dieu dans la rue

(services multiples)

Téléphone: (514) 524-0029

Benedict-Labre House

(centre de jour)

Téléphone: (514) 937-5973 Le Bon Dieu dans la rue

(travail de rue)

Téléphone: (514) 284-5480 ou

938-0888 (roulotte)

Centre d'amitié autochtone

de Montréal

(services multiples)

Téléphone: (514) 937-5338

Maison Colombe

(travail de rue)

Téléphone: (514) 384-3634

'itinérance

Au Québec



Autres ressources disponibles (suite)

Projet d'intervention auprès des mineur(e)s prostitué(e)s (PIAMP)

Téléphone : (514) 527-1267 Unité d'intervention mobile

l'Anonyme (travail de rue)

Téléphone: (514) 591-6700 L'Ancrage - Armée du Salut (programme pour toxicomanes) Téléphone: (514) 932-2214

Coop de travail l'Entre-Main (réinsertion socio-professionnelle)

Téléphone: (514) 861-7924 Impact, groupe d'aide en santé mentale (services multiples)

Téléphone: (514) 939-3132

La Maison de réhabilitation l'Exode

(réinsertion sociale)

Téléphone: (514) 255-7727 Maison Saint-Dominique (hébergement et réinsertion

sociale)

Téléphone: (514) 845-7793

Phare du Havre -Armée du Salut

(programme pour toxicomanes) Téléphone : (514) 932-5623

Centre de réadaptation

Alternatives (programmes de jour pour toxicomanes)

Téléphone: (514) 385-6444

Le Deux-Cents

(hébergement et réinsertion socioprofessionnelle) Téléphone: (514) 385-1658 Jeunes avec Toit (J.A.T.)

(hébergement),

Téléphone: (514) 769-0855 Projet ado communautaire en travail de rue (P.A.C.T. de rue) Téléphone: (514) 278-9181

Montérégie

Granby

Auberge Le Passant

(hébergement pour hommes) Téléphone : (514) 375-4404 Transition pour elles (hébergement pour femmes)

Téléphone: (514) 777-1565

Note: Cette liste n'est pas exhaustive. Pour avoir des renseignements sur les diverses ressources offertes aux personnes itinérantes dans votre région, veuillez contacter le CLSC le plus près de chez vous.

Fédération des CLSC du Québec



Vous pouvez aussi consulter les sections suivantes du Guide, qui contiennent des ressources susceptibles d'aider les personnes en difficulté :

- · L'alcoolisme et la toxicomanie;
- La violence conjugale;
- · Le sida.

n peut s'interroger sur la pertinence d'introduire un sujet comme la pauvreté dans un guide sur la santé ? Or l'état de santé et le bien être d'une population sont étroitement liés aux conditions socio-économiques. Une enquête de **Santé Québec** menée en 1992-1993 auprès de 45 000 Québécois fait ressortir des liens assez évidents entre la pauvreté et la santé physique ou mentale :

- près du quart des Québécois de 15 ans et plus s'estimaient pauvres ou très pauvres en 1992-1993;
- 26 % des très pauvres et 18 % des pauvres estimaient que leur santé était moyenne ou mauvaise comparativement à 8 % et 6 % des personnes ayant des revenus suffisants ou s'estimant à l'aise;
- les pauvres et les très pauvres (37 % et 46 %) présentaient une plus grande détresse psychologique que les gens ayant des revenus suffisants et les gens à l'aise (23 % et 20 %);
- le caractère chronique de la pauvreté entre aussi en jeu puisque les gens pauvres et très pauvres depuis plus de 5 ans s'estimaient en moyenne ou mauvaise santé dans une plus grande proportion que les gens pauvres depuis moins de 5 ans ;
- l'exclusion du marché du travail, qui est intimement liée à la pauvreté, est aussi une cause de problèmes de santé puisque 20 % des personnes n'ayant pas travaillé durant l'année précédant l'étude s'estimaient en moyenne ou mauvaise santé contre 8 % chez les gens ayant travaillé avec interruption(s) et 5 % chez les gens ayant travaillé de manière continue.

Statistique Canada a estimé en 1993 que 29,6 % des familles et 31,8 % des personnes seules avaient un revenu inférieur au seuil de faible revenu. Le seuil de faible revenu est atteint lorsque l'alimentation, le logement et l'habillement accaparent plus de 54,7 % du revenu de la personne ou de la famille. La valeur du seuil de faible revenu varie selon la taille de l'unité familiale et la population de la région de résidence.

Diverses ressources sont énumérées ici pour aider les gens à utiliser de manière optimale les ressources financières dont ils disposent et à exercer leurs droits.



Associations et organismes

Consommation

La Fédération des Associations coopératives d'économie familiale (FACEF)

5225, rue Berri, bureau 305 Montréal (Québec) H2J 2S4



Objectif

Les ACEF, dont la première a vu le jour en 1965, ont pour objectif d'aider les gens aux prises avec des problèmes reliés à la consommation.

Services offerts

- Consultation budgétaire: gratuit et confidentiel, ce service aide les personnes qui ont des problèmes budgétaires en règlant les problèmes d'endettement à court et moyen terme et en favorisant une meilleure prise en charge du budget à long terme.
- Cours sur le budget : ce service vise à amener les gens à prendre en charge leurs finances personnelles à l'aide d'une méthode simple et efficace développée par les ACEF. Le cours vise également à sensibiliser les gens au changement d'habitudes de consommation quelquefois problématiques.
- Information: par un centre de documentation, la publication d'un bulletin, des rencontres d'informations, etc.
- Service d'aide aux consommateur : appui aux personnes victimes de pratiques commerciales illégales ou abusives.
- * Activités reliées à la représentation et à la défense : actions collectives, mémoires, interventions dans les média, actions en justice, etc. Tout cela vise l'amélioration des droits des consommateurs.
- * Activités reliées au développement : adaptation des ACEF aux réalités socioéconomiques régionales et financement.

a pauvreté

Liste des ACEF membres de la FACEF

Au Québec

Bas-Saint-Laurent

Matane

Téléphone: (418) 562-7645

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 867-8545

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 378-7888

Montréal

Montréal (Nord)

Téléphone: (514) 277-7959

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 764-3302

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone: (418) 835-6633

Thetford-Mines

Téléphone: (418) 338-4755

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 756-1333

Liste des ACEF non membres de la FACEF

Au Québec

Ouébec

Ouébec

Téléphone: (418) 522-1568

Mauricie-Bois-Francs

Victoriaville

Téléphone: (819) 752-5855

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 563-9187

Montréal

Montréal (Centre)

Téléphone: (514) 598-7288

Montréal (Est)

Téléphone: (514) 257-6622

Montréal (Sud-Ouest)

Téléphone: (514) 932-5577

Outaouais

Hull

Téléphone: (819) 770-4911

Laurentides

Sainte-Thérèse

Téléphone: (514) 430-2228

Montérégie

Granby

Téléphone: (514) 375-1443

Longueuil

Téléphone: (514) 677-6394

Valleyfield

Téléphone: (514) 371-3470

Logement

 Regroupement des comités logement et associations de locataires du Québec (RCLALQ)

770, rue Rachel Est Montréal (Ouébec) H2J 2H5

7

Téléphone : (514) 521-7114

Objectifs

Le regroupement et ses membres font la promotion de six grands objectifs :

- le droit pour tous à un habitat convenable et à prix abordable ;
- le droit au maintien dans les lieux pour les locataires ;

Da pauvreté

- ° la protection, la conservation et la restauration du parc de logements locatifs ;
- la prise en charge démocratique par l'ensemble de la population de ses propres conditions de vie ;
- 1'accès à la propriété collective des logements ;
- * la mise en oeuvre de ces principes par les instances politiques responsables.

Services offerts

- Information sur les lois et règlements dans le domaine du logement (téléphone, rencontres, sessions de formation, dépliants de toutes sortes, données et statistiques, etc.).
- * Aide individuelle aux personnes qui ont des problèmes de logement.
- * Participation à des tables de concertation et des comités d'étude sur le monde du logement.
- * Revue d'information logement «L'Artère», publiée 4 fois l'an.
- Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU)

1212, rue Panet Bureau 318 Montréal (Québec) H2L 2Y7



Objectif

Faire la promotion du logement social et du droit au logement pour tous et chacun.

Services offerts

Les services offerts par les membres du FRAPRU sont en gros semblables à ceux offerts par les membres du RCLALQ:

- information sur le monde du logement;
- ° aide individuelle aux gens aux prises avec des problèmes de logement ;
- ° organisation et participation à des mobilisations, des tables de concertation, etc.
- * bulletin bimestriel «Le FRAPRU frappe encore!».

Le FRAPRU a toutefois une optique dirigée plus précisément vers la promotion du logement social (HLM, logements coopératifs, etc.) et le réaménagement de l'espace urbain.



Membres du RCLALQ ou du FRAPRU (membres participants et associés)

Ailleurs au Ouébec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Habitations populaires de l'est Téléphone: (418) 722-8535

Québec

Bureau d'animation et d'information logement (BAIL) Téléphone: (418) 523-6177 Comité citoyens/nes du quartier Saint-sauveur

Téléphone: (418) 529-6158

Comité populaire Saint-Jean-Baptiste

Téléphone: (418) 522-0454

Centre des femmes de la Basse-Ville

Téléphone: (418) 648-9092

Mauricie-Bois-Francs

Victoriaville

Association des locataires des Bois-Francs Téléphone: (819) 758-3673

Drummondville

Institut d'éducation populaire Téléphone: (819) 478-2507

Estrie

Sherbrooke

Association des locataires de Sherbrooke

Téléphone: (819) 823-9135 Comité logement étudiant, Collège de Sherbrooke Téléphone: (819) 823-2117

Montréal

Association des locataires de Villeray

Téléphone: (514) 270-6703

Comité d'action Parc-Extension

Téléphone: (514) 278-6028 Comité logement Centre-Sud Téléphone: (514) 521-5992 Comité logement de la Petite

Patrie

Téléphone: (514) 272-9006 Comité logement de Rosemont Téléphone: (514) 597-2581 Comité logement du Plateau

Mont-Royal

Téléphone: (514) 527-3495 Entraide logement Hochelaga-

Maisonneuve

Téléphone: (514) 528-1634 Info secours / Housing Hotline Téléphone: (514) 488-0412

Carrefour populaire Saint-Michel

Téléphone: (514) 722-8721 Comité logement Bordeaux / Cartierville

Téléphone: (514) 331-1773 Entraide locataires Saint-Michel Téléphone: (514) 596-4420

Infologis Mercier

Téléphone: (514) 354-7373 OEIL de Côte-des-Neiges Téléphone: (514) 738-0101

ou 737-2866

POPIR - Comité logement (Saint-Henri)

Téléphone: (514) 935-4649 Projet Genèse (Côte-des-Neiges) Téléphone: (514) 738-2036

ou 738-2635 Multi-CAF

Téléphone: (514) 733-0554

Comité Bails

Téléphone: (514) 259-9839 Fédération des coopératives d'habitations de l'Île de Montréal Téléphone: (514) 843-6929

Inter-loge Centre-Sud

Téléphone: (514) 522-2107 Association latino-américaine

de C.D.N.

Téléphone: (514) 737-3642

OPA

Téléphone: (514) 524-3561 Association des locataires des Habitations Jeanne-Mance Téléphone: (514) 845-6394

Justice et foi

Téléphone: (514) 522-2455

BCJ Auberg'In

Téléphone: (514) 270-7089 RIL de Pointe Sainte-Charles Téléphone: (514) 932-7742 Info-secours de l'Ouest de l'Île

(Pierrefonds)

Téléphone: (514) 990-1090

ou 685-5104

Comité d'action des citoyens et citoyennes de Verdun (CACV) Téléphone: (514) 769-2228 Réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal Téléphone: (514) 879-1949

FLHLMQ

Téléphone: (514) 521-1485

Téléphone: (514) 521-0467 **Montreal City Mission** Téléphone: (514) 844-9128 Conseil communautaire de NDG Téléphone: (514) 484-1471

FOHM

Téléphone: (5514) 527-6668

Bâtir son quartier

Téléphone: (514) 933-2755 Office des oeuvres et pastorale

sociale

Téléphone: (514) 931-7311 Carrefour d'aide aux réfugiés Téléphone: (514) 382-0755



Au Québec



Membres du RCLALQ ou du FRAPRU (suite)

Perspectives communautaires en santé mentale (Pointe-Claire)
Téléphone: (514) 694-3692

Projet PAL (Verdun)
Téléphone: (514) 767-4701

ou 767-5303

Outaouais

Hull

Logemen'occupe

Téléphone: (819) 778-1325

Buckingham
Centre Actu-Elles

Téléphone (819) 986-9713

Côte-Nord

Baie-Comeau Cité des Bâtisseurs

Téléphone: (418) 589-6877

Chaudière-Appalaches

Thetford Mines

Association des locataires de Thetford Mines

Téléphone: (418) 338-5669

GRT Beauce-Amiante

Téléphone: (418) 985-2428

Montmagny

Habitation populaire Côte-Sud

Téléphone: (418) 248-4558

Laval

GRT de Laval

Téléphone: (514) 668-1619

Lanaudière

Joliette

Association des locataires

de Joliette

Téléphone: (514) 753-7571

FLACH

Téléphone: (514) 759-4794

GALOP

Téléphone: (514) 759-8488

Montérégie

Longueuil

Association des locataires

de Longueuil

Téléphone: (514) 670-5080

Fédération des coopérative d'habitation de la Montérégie

Téléphone : (514) 651-5520 Châteauguay

Comité de logement social

Téléphone: (514) 699-3333

Sorel

Comité pour le développement

du logement social

Téléphone: (514) 742-0183

Mont Saint-Hilaire

Association des locataires

Téléphone: (514) 464-7014

Comité logement de Valleyfield

Téléphone: (514) 371-0143

SOS logement Beauharnois

(A/S CLSC Seigneurie de

Beauharnois)

Téléphone : (514) 429-6455

Saint-Jean-sur-Richelieu

Groupe Alternative-Logement

Téléphone: (514) 347-4416

Distribution de nourriture et de vêtements - cuisines collectives

Pour connaître la ressource près de chez vous, vous pouvez contacter :

Un CLSC

Fédération des CLSC du Québec

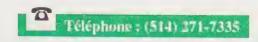
Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

 Un Centre d'action bénévole Fédération des Centres d'action bénévole du Québec 1

Téléphone : (514) 866-6312

a pauvreté

 Table de concertation sur la faim du Montréal métropolitain
 5174, rue Drolet
 Montréal (Québec) H2T 2H2



Cet organisme a publié un document intitulé «ENSEMBLE POUR MIEUX MANGER». Dans ce guide, on y explique les différentes étapes à suivre pour réaliser des projets destinés à améliorer l'alimentation des personnes à faibles revenus. Parmi les initiatives proposées, on retrouve les cuisines collectives, les groupes d'achat et les clubs populaires de consommateurs, des groupes de surveillance des aubaines, des projets d'éducation populaire, etc.

Ce guide très utile est disponible auprès de la **Table de Concertation sur la faim du Montréal métropolitain** au coût de 15 \$ (plus les frais d'expédition).

Groupes d'intérêt

 La Fédération Québécoise Anti-Pauvreté inc.
 968, rue McClure, C. P. 1150 Acton Vale (Québec) J0H 1A0



Objectifs

Organisme de pression et d'information, la Fédération a été fondée en 1975 avec les objectifs suivants :

- améliorer les conditions de vie des pauvres en mettant de l'avant des solutions pratiques aux problèmes des gens démunis ;
- réclamer l'élaboration de législations cohérentes visant à combattre les inégalités sociales.

Services

- Promotion des droits des usagers des Centres d'Emploi du Canada et des Centres Travail-Québec.
- Promotion des droits des personnes pauvres auprès des CLSC, de l'aide juridique, de la Commission de la santé et de la sécurité au travail, de l'Office de la protection du consommateur et de l'Office des personnes handicapées du Ouébec.
- Publication de mémoires et ou actions pour dénoncer les politiques inadéquates.
- Sessions de formation sur les droits sociaux et les recours disponibles auprès des démunis et des intervenants oeuvrant chez ces clientèles.

a pauvreté

Seize groupes régionaux autonomes sont membres de la fédération. Pour savoir s'il en existe un dans votre région, veuillez vous adresser à un CLSC.

• Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

Front Commun des Personnes
Assistées Sociales du Québec (FCPASQ)
1222, rue Saint-Hubert

Montréal (Québec) H2L 3Y7

Téléphone : (514) 987-1989

Objectifs

- Réunir au sein d'une même organisation les groupes de personnes assistées sociales du Québec afin de défendre les droits et d'améliorer les conditions de vie des personnes assistées sociales.
- Faciliter l'échange d'information et d'outils de travail entre les groupes de personnes assistées sociales.
- * Favoriser une formation commune pour chacun des groupes membres.
- * Travailler à la prise en charge du Front par les personnes assistées sociales.
- * Créer des alliances avec les groupes qui oeuvrent pour une société meilleure.
- Appuyer et/ou participer aux luttes collectives des groupes qui défendent les droits individuels et collectifs.

Services offerts

La quarantaine de groupes membres offrent les services suivants :

- information des personnes assistées sociales ;
- défense des droits de ces personnes ;
- regroupement et mobilisation des assistés sociaux ;
- * formation sur la Loi 37 (**Sécurité du revenu**) dans diverses institutions : groupes communautaires, cégeps, etc.

Comme les groupes membres du FCPASQ ne sont pas totalement stables, il vaut mieux contacter le Front pour connaître l'adresse du groupe le plus près de chez vous.

Mouvement d'éducation populaire et d'action communautaire du Québec



Le mouvement regroupe près de 450 organismes communautaires qui offrent des activités d'éducation populaire.

es sectes et les abus de confiance

n ces temps d'incertitude liés aux changements sociaux et économiques, les gens sont tentés de chercher des solutions à leurs différentes interrogations auprès de ressources qui s'écartent des courants conventionnels de notre société.

Une multitude de mouvements proposent des solutions politiques, spirituelles, thérapeutiques ou psychologiques afin de répondre à ces interrogations. Plusieurs de ces groupes aident réellement les membres ou les participants à parvenir à un meilleur épanouissement.

Malheureusement, certains groupes ou individus profitent de l'incertitude et de la vulnérabilité des gens pour les exploiter, que ce soit de façon physique, psychologique ou monétaire.

On définit donc la pensée sectaire comme une manière d'expliquer la réalité et la société en les divisant en blocs bien définis (les bons contre les mauvais), le groupe ou l'individu qui pose ces jugements étant naturellement du bon côté. Ce genre de pensée conduit presque inévitablement à rechercher des boucs émissaires pour expliquer les problèmes personnels et ceux de la société. Il s'ensuit de l'intolérance et de l'intégrisme. Sous l'influence ou la pression, la victime doit alors choisir entre «le bien et le mal» et son jugement peut en être affecté.

Les ressources citées ici sont utiles lorsqu'on doute ou que l'on veut s'informer d'un organisme ou d'une approche thérapeutique. Il est très important de garder continuellement son sens critique.

Associations et organismes

Réseau de la santé et des services sociaux du Québec

Si vous êtes victime d'abus ou d'exploitation dans le réseau de la santé et des services sociaux du Québec, vous avez des recours. La procédure à suivre est décrite dans le chapitre «LA SANTÉ ET VOS DROITS».

Corporations professionnelles

Si vous êtes victime d'abus ou d'exploitation de la part d'un professionnel membre d'une corporation, vous pouvez vous adresser à la corporation.

es sectes et les abus de confiance



2120, rue Sherbrooke Est Bureau 604 Montréal (Québec) H2K 1C3



L'ACEF-Centre a effectué une recherche sur les cours de croissance personnelle et a publié ses résultats dans un document intitulé «Guide sur les cours de croissance personnelle». Ce guide est disponible à l'ACEF-Centre au coût de 16,95 \$.

• Info-Secte (Centre de documentation et de consultation sur la pensée sectaire)

5655, avenue du Parc Bureau 305 Montréal (Québec) H2V 4H2



Objectifs

- Aider les familles ainsi que les ex-membres de sectes.
- Informer la population sur le phénomène sectaire.
- Promouvoir l'étude du phénomène sectaire.

Services offerts

- Service de consultation individuelle avec des spécialistes qui respectent l'anonymat, la confidentialité et les croyances de chacun.
- Groupe d'entraide pour les ex-adeptes de mouvements divers à tendance sectaire.
- · Service bilingue de conférences sur le phénomène sectaire.
- Bibliothèque bilingue comprenant des livres, des revues et des documents spécialisés en provenance des 4 coins de la planète.
- Vidéothèque bilingue.
- Département de recherche unique au Québec sur les sectes et la pensée sectaire.
- Les Sceptiques du Québec
 C.P. 202, succursale Beaubien
 Montréal (Québec) H2G 3C9



Objectifs

- Encourager l'examen critique et scientifique des phénomènes paranormaux, ufologiques (OVNI) et de toutes allégations pseudo-scientifiques de nature ou d'origine similaire.
- Informer la communauté scientifique et le grand public des résultats de ces études.
- Promouvoir la pensée rationnelle et l'esprit critique dans ces domaines.
- Étudier les facteurs psychologiques, sociaux et idéologiques qui sont à l'origine de la croyance en ces phénomènes et allégations.

Activités

- · Conférences.
- · Soupers mensuels.
- Expériences, dans le cadre du «Défi sceptique»
- Prix «Sceptique» et «Fosse sceptique»
- Publication 4 fois l'an du magazine «Le Québec Sceptique», qui traite d'une foule de phénomènes paranormaux et de sujets d'actualité sous l'angle de la pensée rationnelle et critique.



e suicide

Description

e suicide, notamment chez les jeunes, retient de plus en plus l'attention du grand public. Et pour cause : le Canada, et le Québec en particulier, connaissent un taux de suicide parmi les plus élevés des pays industrialisés. Selon **Statistique Canada** (1991), 10 personnes par jour meurent «officiellement» de suicide au Canada. Au Québec, on en recense environ 1300 par année. À tout cela s'ajoute les tentatives de suicide et les suicides déguisés en morts accidentelles.

Tout ceci occasionne des coûts financiers importants : soins médicaux et hospitaliers, pertes de journées de travail ou d'école, etc. Mais les coûts sociaux sont encore plus effarants. De nombreuses vies productives sont ainsi gâchées et les gens qui restent en sont marqués pour longtemps. On doit se poser de sérieuses questions sur notre société qui semble pousser à l'exclusion un nombre de plus en plus grand de personnes.

Causes

On a identifié plusieurs facteurs de vulnérabilité au suicide. Ces facteurs peuvent rendre les personnes plus susceptibles de commettre un suicide :

- anonymat et isolement (entre autres, chez les aînés);
- importance accordée à la performance dans la société ;
- incertitude face à l'avenir;
- éclatement de la structure familiale ;
- sentiment de ne pas faire partie d'un projet collectif ;
- difficulté à faire face à la frustration (chez les jeunes surtout) ;
- perte de santé (physique et mentale) liée au vieillissement ;
- faible estime de soi;
- abus, violence, inceste;
- pathologie parentale;
- toxicomanie parentale.

Plusieurs facteurs dits précipitants peuvent favoriser le passage à l'acte :

- · rupture amoureuse;
- · échec scolaire;
- querelle familiale;
- rejet d'un groupe d'amis;

- deuil et autres pertes ;
- problèmes de santé;
- souffrance intolérable;
- problèmes avec la justice.

e suicide

Traitements

La prévention est la clé du succès pour réduire le problème du suicide. Les actions possibles pour le réduire peuvent être séparées en 4 catégories :

- promotion : renforcement des facteurs qui peuvent diminuer la vulnérabilité au suicide : estime de soi, appartenance, communication interpersonnelle, gestion du stress, valorisation de la vie, etc.
- prévention : prévention et réduction de la gravité des crises suicidaires ainsi que la réduction des facteurs de risque, en particulier chez les groupes plus problématiques comme les jeunes et les aînés ;
- intervention : désamorçage de la crise et pour empêcher la personne de passer à l'acte;
- postvention : prévention de la récidive chez ceux qui ont échoué, accompagnement des endeuillés, renforcement des facteurs qui diminuent la vulnérabilité, etc.

Associations et organismes

Association québécoise de suicidologie
 2349, rue Bélanger Est
 Montréal (Québec) H2G 1C9



Objectifs

- Promotion de l'élaboration et de l'établissement de mesures destinées à prévenir le suicide.
- Initiation de la population à la problématique du suicide, regroupement des personnes et organismes qui y sont intéressés et la diffusion d'information sur la problématique.
- Regroupement des personnes et organismes intéressés à la prévention du suicide et établissement de liens avec les organismes susceptibles d'aider l'Association à atteindre ses objectifs.
- Soutien de projets de prévention, d'évaluation et de recherche sur le suicide.
- Organisation de conférences, de colloques et d'assemblées traitant de la prévention du suicide.

Plusieurs organismes communautaires oeuvrent principalement en prévention du suicide ou offrent des activités de prévention du suicide, dont des lignes d'intervention téléphoniques.



Au Québec



Lignes d'intervention téléphonique

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

C.P.S. du Bas-St-Laurent

Téléphone : (418) 724-2463 Sans frais : 1 800 463-0009

Rivière-du-Loup

Centre Ressource Intervention

Suicide du KRTB

Téléphone : (418) 862-9658* Sans frais : 1 800 463-0009

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

C.P.S 02

Téléphone : (418) 545-1919 Sans frais : 1 800 463-9868

Québec

C.P.S. de Québec

Téléphone: (418) 683-4588

Pointe-au-Pic

C.P.S. de Charlevoix

Téléphone: (418) 665-2985*

Mauricie-Bois-Francs

Shawinigan

Centre Action Suicide

Téléphone: (819) 536-2995

Service de prévention du suicide

de Trois-Rivières

Téléphone: (819) 379-9238

Réseau prévention suicide

des Bois-Francs

MRC de l'Érable

Téléphone: (819) 362-6301

MRC Arthabaska

Téléphone: (819) 751-2205

Service de prévention du suicide

de La Tuque

Téléphone: (819) 523-2220

Drummondville

Au bout du fil Drummond

Téléphone: (819) 477-8855

Estrie

Sherbrooke

Carrefour Intervention

suicide 05

Téléphone: (819) 564-1664

Fondation J.E.V.I.

Téléphone: (819) 564-1354*

Montréal

Suicide-Action Montréal

Téléphone: (514) 723-4000

Outaouais

Hull

Tel Aide Outaouais

Téléphone: (613) 741-6433

Sans frais: 1 800 567-9699

Centre d'aide 24/7 (Hull)

Téléphone : (819) 595-9999

Abitibi-Témiscamingue

Comité de prévention du suicide

Malartic

Sans frais: 1 800 567-6407

Comité de prévention du suicide

de Senneterre

Sans frais: 1 800 567-6407

Comité de prévention du suicide

d'Amos

Sans frais: 1 800 567-6407

Comité de prévention du suicide

de La Sarre

Sans frais: 1 800 567-6407

Comité de prévention du suicide

de Rouyn-Noranda

Sans frais: 1 800 567-6407

Comité de prévention du suicide

de Val d'Or

Sans frais: 1800 567-6407

Ville-Marie

Comité de prévention du suicide

de Témiscamingue

Sans frais: 1 800 567-6407

Côte-Nord

Baie-Comeau

Prévention du suicide de la Rive

Téléphone: (418) 589-1629

Nord-du-Québec

Comité de prévention du suicide

de Lebel-sur-Quévillon

Sans frais: 1800 567-6407

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Cap-aux-Meules

CLSC des Îles

Téléphone: (418) 986-2121

Paspébiac

CLSC Chaleurs

Téléphone: (418) 725-6611

Grande-Vallée

CLSC L'Estran

Téléphone: (418) 393-2001

Chaudière-Appalaches

Saint-Georges-de-Beauce

Centre d'écoute téléphonique et de prévention du suicide

(Accueil-Amitié)

Téléphone: (418) 228-0001

Lanaudière

Saint-Michel-des-Saints

Mizécie

Téléphone: (514) 833-6040

Laurentides

Saint-Jérôme

Centre d'intervention

Le Faubourg

Téléphone: (514) 569-0101

Sans frais: 1 800 661-0101

e suicide

Au Québec



Lignes d'intervention téléphonique (suite)

Montérégie

Granby

C.P.S. de la Haute-Yamaska

Téléphone: (514) 375-4252

Saint-Jean-sur-Richelieu

C.P.S. du Haut-Richelieu

Téléphone: (514) 347-9189

Sorel

Détresse Suicide

Téléphone: (514) 746-5516

Saint-Hubert

Jeune-Vie Inc. *

Téléphone: (514) 445-7175

* = information

Après le suicide d'un être cher / Family survivor of suicide (ASEC / FSOS)

Adresse confidentielle Montréal (Québec)





Écoute anglais : (514) 844-8191

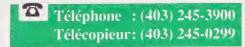
Objectif

ASEC/FSOS offre un soutien moral aux gens qui ont perdu une personne importante à la suite d'un suicide en brisant le silence et l'isolement dans lesquels ils se retrouvent souvent.

Services offerts

- Rencontres d'entraide : ouvertes à tous, deux fois par mois, en anglais et en français. Animées par les membres, ces réunions permettent aux gens qui y assistent de trouver du réconfort, de la compréhension et du support.
- Conférences ou tables rondes : ces rencontres, qui se tiennent deux fois l'an en présence d'un invité professionnel, approfondissent certains sujets (culpabilité, gestion du deuil, peur qu'un nouveau suicide se reproduise, etc.).
- Soupers communautaires, qui se tiennent deux fois l'an.
- Centre de documentation et bulletin d'information, publié 2 ou 3 fois l'an.

Suicide Information and Education Centre (SIEC) 1615, 10th Avenue S.W., Office 201 Calgary (Alberta) T3C 0J7



Services offerts

- Importante collection de documents imprimés et audiovisuels, majoritairement en anglais, sur les différents aspects de la problématique du suicide.
- Banque de données bibliographiques, services de recherche documentaire, et de livraison de documents.
- Publications diverses (revue de presse mensuelle, bulletin de sensibilisation trimestriel, dossiers sur des sujets précis, listes de lectures choisies).

e tabagisme

Description

algré les progrès faits depuis une génération, le tabagisme demeure une problématique plutôt inquiétante. Selon l'*Enquête sociale et de santé 1992-1993* de **Santé Québec**, 30 % de Québecois ont déclaré fumer la cigarette quotidiennement et 4 % occasionnellement. La situation québécoise est particulièrement mauvaise en ce qui concerne le groupe d'âge des 15-19 ans : le Québec affiche le pire dossier au Canada.

Causes

Plusieurs raisons sont invoquées pour commencer ou continuer la consommation de tabac : détente, pression des amis, influence familiale, curiosité, identification à un groupe, etc. Environ 8 personnes sur 10 qui prennent une cigarette pour la première fois en prennent ensuite l'habitude.

Conséquences

Les conséquences de l'usage du tabac sont importantes et très variées. Les fumeurs s'exposent à divers problèmes de santé :

- maladies cardio-vasculaires : infarctus, durcissement des artères, angine de poitrine, etc.;
- cancers : la fumée du tabac contient une multitude de produits connus comme étant cancérigènes. Les principaux cancers causés par le tabac sont : poumon (9 cancers du poumon sur 10 touchent les fumeurs), oesophage, bouche, larynx, sinus, sein, utérus, cerveau, reins, glande thyroïde, ganglions lymphatiques, sang, etc.;
- difficultés respiratoires : emphysème, bronchite, etc. ;
- difficultés sexuelles, surtout chez l'homme : troubles de l'érection ;
- etc.

La fumée du tabac tue en moyenne 40 000 canadiens (11 000 Québécois) par année.

Une nouvelle donnée est apparue récemment : la fumée secondaire. On appelle fumée secondaire la fumée qui est rejetée par le fumeur. Elle est souvent aussi toxique, et même plus, que la fumée principale, contenant entre autres plus de monoxyde de carbone. Une personne non fumeuse vivant avec un fumeur voit ses risques de décès prématuré augmenter de 20 à 30 %. La fumée secondaire peut aussi aggraver certaines affections comme les maladies cardiaques, les maladies pulmonaires et les allergies. **Santé Québec** estime qu'entre 25 et 150 personnes meurent chaque année à cause de l'exposition à la fumée secondaire.

e tabagisme

Traitement

Dans la société, plusieurs gestes peuvent être posés afin de limiter le tabagisme :

- taxation accrue des produits du tabac ;
- mesures législatives contrôlant les lieux où fumer est permis ;
- interdiction de vendre des produits du tabac aux mineurs ;
- etc.

Si quelqu'un veut arrêter de fumer, il existe plusieurs méthodes et programmes différents. Le choix d'une méthode dépend surtout du degré de stimulation qu'elle apporte à la personne :

- initiative personnelle;
- gomme à mâcher à la nicotine ;.
- hypnose;
- acupuncture;

- · traitements au laser;
- groupes d'entraide communautaires ;
- thérapies comportementales ;
- etc.

Associations et organismes

Voici les diverses ressources disponibles pour les gens désireux de cesser de fumer.

- . Médecins.
- . CLSC
- ♦ Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

Téléphone : (514) 283-2306

◆ Santé Canada 200, boulevard René-Lévesque Ouest Montréal (Québec) H2Z 1X4

Santé Canada distribue un vaste éventail de documents sur le tabagisme, dont un programme destiné spécialement aux jeunes.

Renseignements

◆ Association Québécoise des non-fumeurs C.P. 82081 Lachenaie (Québec) J6X 4B2 Téléphone : (514) 477-9304 Télécopieur: (514) 471-0509

Suns frais: 1 800 455-F1N1

Sans frais: 1 800 360-TEEN



Depuis 1982, l'Association offre aux non-fumeurs québécois la possibilité de revendiquer leur droit à la santé et à un environnement sans fumée. Elle oeuvre dans les secteurs suivants :

- · défense des droits des non-fumeurs auprès des autorités municipales et provinciales ;
- information au grand public sur les méfaits du tabagisme, tant pour les fumeurs que pour les non-fumeurs ;
- combat de l'usage du tabac et de la propagande menée par ceux qui favorisent le tabagisme ;
- pressions visant à faire appliquer les diverses lois protégeant les non-fumeurs ;
- coordination du mouvement québécois des non-fumeurs.

Fondation des maladies du coeur du Québec

465, boulevard René-Lévesque Ouest 3e étage Montréal (Québec) H2Z 1A8



La Fondation distribue des documents sur l'usage du tabac. Pour connaître les coordonnées des bureaux à travers le Québec, veuillez consulter la rubrique «LES MALA-DIES DU COEUR» du CHAPITRE 1.

Association pulmonaire du Québec

4837, rue Boyer Bureau 100 Montréal (Québec) H2J 3E6



L'Association distribue des documents sur l'usage du tabac. Une liste des publications est disponible. Pour connaître les coordonnées des bureaux à travers le Québec, veuillez consulter la rubrique «LES MALADIES RESPIRATOIRES» du CHAPITRE 1.

Société canadienne du cancer -Division du Québec

5151, boulevard de l'Assomption Montréal (Québec) H1T 4A9



La Société distribue des documents sur l'usage du tabac. Une liste de publications est disponible. Pour connaître les coordonnées des bureaux à travers le Québec, veuillez consulter la rubrique «LE CANCER» du CHAPITRE 1.



Liste d'intervenants impliqués dans des programmes de cessation du tabagisme. Cette liste provient du Conseil québécois sur le tabac et la santé.

Au Québec



Ouébec

Ouébec

Centre Vivre mieux sans fumer Téléphone: (418) 682-6871 Télécopieur: (418) 683-4904 Hôpital de l'Enfant-Jésus Téléphone: (418) 649-5830

Télécopieur: (418) 649-5952

Estrie

Sherbrooke

Institut de recherche clinique en nutrition

Téléphone: (819) 566-6666 Télécopieur: (819) 569-7582

Montréal

Clinique médicale Le Médiclub au Sanctuaire

Téléphone: (514) 739-5646 Télécopieur: (514) 739-6773 Institut de cardiologie de Montréal, clinique EPIC Téléphone : (514) 738-0528 Hôpital Royal-Victoria,

département de psychologie Téléphone: (514) 842-1231 Département de santé publique

Téléphone: (514) 528-2479 Télécopieur: (514) 528-2512 Hôpital du Sacré-Coeur, Clinique de cardiologie Téléphone : (514) 338-2650

Hôpital Notre-Dame, Clinique Médecine familiale Téléphone : (514) 876-7528

Polyclinique médicale Pointe-aux-Trembles

Téléphone : (514) 498-4050 Clinique Anti-tabac nicotine /

Centre de la santé

Téléphone: (514) 842-8877 Institut de cardiologie

de Montréal

Téléphone : (514) 376-3330 Hôpital Louis-Hippolyte

Lafontaine, Centre de recherche Fernand-Seguin

Téléphone: (514) 251-4015

Verdun

Docteur Danielle Perreault Téléphone : (514) 443-7400

Montérégie

Saint-Luc

Centre Vivre mieux sans fumer

Téléphone: (514) 849-3804 Télécopieur: (514) 849-4838

Greenfield Park

Hôpital Charles-LeMoyne, Unité de santé publique

Téléphone : (514) 566-5693 Télécopieur: (514) 465-0816

Mont Saint-Hilaire Centre anti-tabagisme Francine B. Marsan Inc.

Téléphone: (514) 467-4353

Télécopieur: (514) 443-8123 Saint-Bruno

Centre de Formation Professionnelle T.C.T. Inc. Téléphone : (514) 653-2000

À ces ressources, on peut ajouter: Centre hospitalier Thoracique de Montréal

Téléphone: (514) 849-5201,

poste 2550



Introduction

a société moderne voit beaucoup de gens utiliser la violence dans plusieurs aspects de la vie. Partout, la violence s'infiltre : dans la famille, dans le couple, au travail, à l'école, etc. Les conséquences de cette violence peuvent être très sérieuses à plusieurs niveaux, tant économique que social.

La section du guide qui suit répertorie différents types de violence perpétrée contre les personnes et indique les ressources disponibles aux victimes ainsi qu'aux agresseurs.

Capsule juridique

La première chose à faire quand vous êtes victime de violence ou vous en êtes témoin, c'est d'appeler le 9-1-1 ou la police de votre localité, et de porter plainte.

C'est principalement le *Code criminel* (loi fédérale) qui régit tout ce qui concerne la criminalité, mais d'autres lois entrent aussi en ligne de compte :

La Loi sur les victimes d'actes criminels (loi provinciale) sert à représenter et assister les victimes afin de faire respecter leurs droits.

La Loi sur les jeunes contrevenants (loi fédérale), qui s'adresse aux adolescents entre 12 et 18 ans.

La Loi sur la protection de la jeunesse (loi provinciale).

Associations et organismes

Ces organismes répondent aux besoins des victimes de violence peu importe la forme. Toutes les clientèles victimes de violence physique ou psychologique peuvent s'adresser à ces organismes ou associations pour recevoir une aide.

Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)
1199, rue de Bleury
9e étage
C. P. 6056, succursale Centre-Ville
Montréal (Québec) H3C 4E1



Objectif

La Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels est entrée en vigueur le 1er mars 1972. En adoptant cette loi, l'État québécois voulait assumer ses responsabilités face aux problèmes sociaux causés par l'accroissement de la criminalité sur son territoire et, par le fait même, de l'augmentation du nombre des victimes de violence. La gestion de l'application de la Loi est assurée par la Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST).

La violence

Services offerts

- · Indemnisation, qui varie selon la gravité des atteintes du requérant :
 - incapacité totale temporaire ;
 - incapacité permanente;
 - indemnité de décès.
- · Assistance médicale nécessaire au rétablissement du requérant :
 - services de professionnels de la santé;
 - soins hospitaliers;
 - médicaments et autres produits pharmaceutiques ;
 - prothèses et orthèses ;
 - autres soins ou frais déterminés par la CSST.
- La réadaptation, afin que le requérant puisse retourner le plus vite possible à ses activités habituelles :
 - réadaptation physique;
 - réadaptation sociale;
 - réadaptation professionnelle ;
 - remboursement de certains frais engagés par une victime à la suite d'un acte criminel.

Pour plus de renseignements sur les divers services offerts, veuillez communiquer avec la Direction, à l'adresse mentionnée ci-haut.

La liste des bureaux de la CSST apparaît au CHAPITRE 13 «LE TRAVAIL».

Centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Objectif

Organismes financés par le ministère de la Justice du Québec, les CAVAC ont été créés pour aider les personnes victimes d'actes criminels (cambriolage, destruction de biens personnels, vol avec violence, agression, meurtre, etc.) dans la recherche de solutions aux difficultés qu'elles rencontrent suite à leur victimisation.

Services offerts

- Consultation téléphonique.
- Accueil, réconfort et soutien moral.
- Information de base sur le processus judiciaire, les droits et recours des victimes d'actes criminels.
- Soutien et accompagnement de la victime dans ses démarches auprès des organismes privés et publics.



- Orientation vers les ressources juridiques, médicales, sociales et communautaires appropriées.
- Ces services sont entièrement gratuits et la confidentialité est assurée.

CAVAC Au Québec Laurentides Estrie **Bas-Saint-Laurent** Saint-Jérôme Sherbrooke Rimouski Téléphone: (514) 569-0332 Téléphone: (418) 724-0976 Téléphone: (819) 820-2822 Montérégie Montréal Saguenay-Lac Saint-Jean Montréal Longueuil Chicoutimi Téléphone: (514) 670-3400 Téléphone: (514) 277-9860 Téléphone: (418) 543-9695 **Outaouais** Québec Hull Québec Téléphone: (819) 778-3555 Téléphone: (418) 648-2190 Mauricie-Bois-Francs Laval

Téléphone: (514) 629-4580

Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV) Inc.

Laval

376, rue Laurier Ouest Montréal (Québec) H2V 2K7



Téléphone : (514) 272-4416 Télécopieur: (514) 272-6936

Objectif

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 373-0337

Le Centre a été créé pour répondre aux besoins des gens aux prises avec la violence physique ou psychologique. Il s'adresse à toute personne (enfants, adolescents et adultes) violente ou violentée.

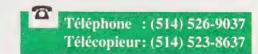
Services offerts

Les services offerts sont confidentiels et conçus pour répondre aux besoins spécifiques des clients :

- service de consultation pour personnes violentes (psychothérapies individuelles, thérapie de groupe, intervention spécifique auprès des enfants);
- service de consultation en violence conjugale (psychothérapies individuelles, thérapie de groupe, thérapie de couple, intervention pour enfants ou adolescents);



- service de consultation en violence sexuelle (intervention d'urgence, suivi auprès des victimes de viol et d'inceste, suivi auprès des agresseurs, psychothérapies individuelles, thérapie de groupe, intervention familiale);
- service d'évaluation psycho-légale ;
- service de consultation professionnelle (organismes et institutions);
- supervision offerte aux professionnels oeuvrant déjà dans le domaine ;
- formation professionnelle.
- Association québécoise
 Plaidoyer-Victimes
 2570, rue Nicolet, bureau 300
 Montréal (Québec) H1W 3L5



Objectif

Fondé en 1982, **Plaidoyer-Victimes** agit pour la défense des droits et des intérêts des victimes d'actes criminels. Groupe de concertation unique au Canada, l'Association rallie de nombreux partenaires du système judiciaire, du réseau de la santé et des services sociaux, des secteurs public, privé et communautaire.

Services offerts

- Rencontres et comités de travail afin de faire avancer la réflexion sur la situation des victimes.
- Journées d'étude et colloques afin d'informer et de former les professionnels qui travaillent auprès des victimes.
- Participation à des conférences, à des débats publics, à des entrevues avec les médias afin de sensibiliser les intervenants et la population aux besoins des victimes.
- Propositions visant à améliorer les services et les recours pour les victimes par l'acheminement de mémoires et d'analyses aux ministères et aux législateurs.
- Publication de bulletins spécialisés, d'articles et de recherches dans le but de favoriser le développement et la diffusion des connaissances sur la condition des victimes.
- «Inscrit dans ma mémoire», un document vidéo disponible qui présente le témoignage de diverses victimes d'actes criminels, afin de sensibiliser les intervenants et le grand public aux réalités et besoins des victimes.

a violence



2, Complexe Desigardins Tour de l'Est 14e étage, bureau 1404 Montréal (Québec) H5B-1B3 Téléphone : (514) 873-3562

Il est difficile de décrire les services offerts par l'aide juridique car une réforme est annoncée pour l'automne 1995, juste après la date d'impression de ce guide. Les critères d'admissibilité seront, entre autres, modifiés. La liste des bureaux régionaux qui suit peut être sujette à changement. Vous êtes donc invités à vérifier les numéros de téléphone avant de contacter ces bureaux.

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Amqui

Téléphone: (418) 629-4404

Cabano

Téléphone: (418) 854-2206

Matane

Téléphone: (418) 566-2121

Rimouski

Téléphone: (418) 722-4477

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-1522

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: (418) 668-7917

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-7783

Dolbeau

Téléphone: (418) 276-3951

Jonquière

Téléphone: (418) 547-2644

La Baie

Téléphone: (418) 544-8212

Roberval

Téléphone: (418) 275-3152

Québec

Charlesbourg

Téléphone: (418) 628-5991

La Malbaie

Téléphone: (418) 665-6417

Québec

Téléphone: (418) 627-4019

Mauricie-Bois-Francs

Cap-de-la-Madeleine

Téléphone: (819) 376-9722

Drummondville

Téléphone: (819) 472-5423

La Tuque

Téléphone: (819) 523-4549

Louiseville

Téléphone: (819) 228-3532

Shawinigan

Téléphone: (819) 536-5638

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 379-3766

Victoriaville

Téléphone: (819) 758-1568

Estrie

Asbestos

Téléphone: (819) 879-5402

Coaticook

Téléphone: (819) 849-6366

Lac-Mégantic

Téléphone: (819) 583-1214

Magog

Téléphone: (819) 843-4555

Sherbrooke

Téléphone: (819) 563-6122

Montréal

Montréal

Téléphone: (514) 849-9488

Outaouais

Aylmer

Téléphone: (819) 684-0333

Buckingham

Téléphone: (819) 986-6733

Campbell's Bay

Téléphone: (819) 648-2259

Gatineau

Téléphone: (819) 568-0990

Téléphone: (819) 772-3235

Maniwaki

Téléphone: (819) 449-4800

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Téléphone: (819) 732-5215

La Sarre

Téléphone: (819) 333-2335

Au Québec



Bureaux d'aide juridique (suite)

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 762-2301

Val d'Or

Téléphone: (819) 825-6930

Ville-Marie

Téléphone: (819) 629-2314

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 296-6793

Forestville

Téléphone: (418) 587-4474

Sept-Îles

Téléphone: (418) 968-1140

Nord-du-Québec

Chibougamau

Téléphone: (418) 748-2686

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Cap-aux-Meules

Téléphone: (418) 986-4143

Chandler

Téléphone: (418) 689-3388

Gaspé

Téléphone: (418) 368-3358

New-Richmond

Téléphone : (418) 392-4458 **Sainte-Anne-des-Monts** Téléphone : (418) 763-5501 Laval

Laval-Est

Téléphone: (514) 661-9791

Laval-Ouest

Téléphone: (514) 687-4820

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone: (418) 833-1740

Montmagny

Téléphone : (418) 248-3230 Saint-Georges-de-Beauce

Téléphone: (418) 228-9751

Saint-Joseph-de-Beauce Téléphone: (418) 397-5288

Thetford-Mines

Téléphone: (418) 338-2133

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 759-2500

Repentigny

Téléphone: (514) 581-8691

Terrebonne

Téléphone: (514) 492-1535

Laurentides

Lachute

Téléphone: (514) 562-2462

Mont-Laurier

Téléphone: (819) 623-2827

Saint-Eustache

Téléphone: (514) 472-0134

Saint-Jérôme

Téléphone : (514) 436-5712 **Sainte-Agathe-des-Monts**

Téléphone: (819) 326-6111

Sainte-Thérèse

Téléphone: (514) 435-6509

Montérégie

Brossard

Téléphone: (514) 671-3061

Châteauguay

Téléphone: (514) 691-4325

Cowansville

Téléphone: (514) 263-5458

Dorion

Téléphone: (514) 455-3327

Granby

Téléphone : (514) 776-7157

Greenfield Park

Téléphone: (514) 465-4644

Longueuil

Téléphone: (514) 928-7655

Saint-Hyacinthe

Téléphone : (514) 778-6623 **Saint-Jean-sur-Richelieu**

Téléphone : (514) 347-5000

Sorel

Téléphone: (514) 742-0448

Valleyfield

Téléphone: (514) 370-3064

a violence envers les aînés

Description

a violence faite aux aînés existe sous plusieurs formes. La classification varie selon les sources. On peut classer la violence faite aux personnes âgées en 4 catégories:

- violence physique : agression physique, gestes brutaux, violence sexuelle et refus des soins de première nécessité (alimentation, soins personnels, soins hygiéniques ou soins médicaux);
- violence psychosociale : agression verbale, isolement social, manque d'affection et refus de faire participer l'aîné aux prises de décision qui le concernent ;
- exploitation matérielle : usage abusif de l'argent ou de la propriété de l'aîné, y compris la fraude ou l'utilisation des biens de l'aîné à d'autres fins que le bien-être de ce dernier ;
- négligence : la négligence est passive lorsque le soignant ne cherche pas intentionnellement à causer du tort à la personne et est considérée comme active lorsque le soignant est conscient que les besoins de la personne ne sont pas satisfaits.

Les statistiques sur la violence faite aux aînés sont peu abondantes. Une étude menée dans l'ensemble du Canada en 1989 estime que 4 % des aînés vivant en résidence privée (98 000 personnes au Canada) sont victimes de violence. Le type de violence le plus répandu est l'exploitation matérielle : on pense que 60 000 personnes en étaient victimes en 1989. Il faut également noter que les hommes sont victimes dans une proportion égale à celle des femmes.

Symptômes

Violence physique:

- Blessures inexpliquées à répétition et recours répété à l'aide médicale.
- Répugnance à admettre les blessures et à les faire soigner.
- Désorientation et allure chancelante, sans doute dues à un médicament non approprié.
- · Crainte en présence d'un soignant ou d'un membre de la famille.

Violence psychosociale:

- Interdiction à l'aîné de prendre les décisions qui le concernent.
- · Absence de chaleur humaine.
- Contrainte d'isolement social.
- · Violence verbale.



Exploitation matérielle:

- Encaissement de chèques de pension ou importants retraits d'argent sans autorisation.
- · Comptes en souffrance et autres indices de manque d'argent.
- · Mode de vie non approprié aux revenus.
- Vente d'une propriété appartenant à l'aîné sans planification.
- Révision soudaine de documents avec changement de bénéficiaire (ex. : testament).
- · Contribution élevée pour les dépenses domestiques.
- Obtention d'une procuration en situation douteuse.

Négligence:

- Manque d'hygiène personnelle, de médicaments, de besoins matériels de base ou de nourriture.
- · Constatation que l'aîné est laissé de côté et mis à l'écart des affaires de la famille.

Causes

On s'entend pour dire que la principale cause de la violence faite aux aînés est la cupidité des agresseurs. Plusieurs facteurs peuvent aussi favoriser l'apparition de mauvais traitements chez les personnes agées : problèmes personnels, toxicomanie, pauvreté, violence familiale, stéréotypes négatifs à l'égard des aînés, etc. Les victimes et les agresseurs viennent de tous les milieux géographiques, économiques, sociaux et culturels.

Plusieurs facteurs peuvent augmenter les risques et la gravité de la violence chez les aînés. On peut constater que les gens peu scolarisés sont plus vulnérables car ils dépendent souvent des autres pour gérer la paperasse nécessaire à une vie normale dans notre société moderne. Les immigrants qui connaissent peu les langues officielles sont également vulnérables et, en plus, certains ne connaissent pas les lois en vigueur au Québec. Finalement, plusieurs aînés ne dénoncent pas la violence dont ils sont victimes à cause de la honte ou de la culpabilité qu'ils éprouvent ou aussi parce qu'ils souffrent d'un handicap physique ou mental.

Traitements

Quand on est victime ou quand on décèle de la violence chez une personne agée, plusieurs organismes peuvent être utiles :

- la police (9-1-1);
- la ligne INFO-ABUS: (514) 489-2287;
- l'aide juridique;
- · les services d'écoute;

la violence envers les aînés

- les urgences des hôpitaux ;
- · les centres de santé mentale;
- les CLSC:
- les foyers pour personnes âgées ou les centres de jour;
- les associations de personnes âgées (ex : FADOQ);
- les institutions financières (exploitation matérielle);
- le Bureau du curateur public ;
- Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV).

- Téléphone : (514) 252-3017
- Sans frais : 1 800 363-9020
- Téléphone : (514) 272-4416

Capsule juridique

Les infractions criminelles commises à l'endroit des personnes âgées ou des personnes handicapées sont la plupart du temps des voies de fait et de l'intimidation.

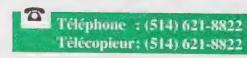
Le fait de ne pas fournir à une personne à charge âgée ou handicapée mentalement ou physiquement, les choses nécessaires à son existence, est une infraction criminelle dont la peine maximale est de 2 ans de prison.

Le témoignage des personnes atteintes de déficiences physiques ou mentales :

Tout comme les jeunes qui n'ont pas 18 ans, ces personnes dans certains cas d'agressions, peuvent témoigner derrière un écran ou à l'extérieur de la salle d'audience.

Associations et organismes

 Société pour la Prévention des Abus envers les Aînés (S.P.A.A.) du Québec 263, rue Hardy Rosemère (Québec) J7A 3P1



Sur préavis

Objectifs

- Prévenir les abus envers les personnes âgées incluant toutes formes de violence, d'exploitation, de pressions indues et de négligence.
- Procurer aux personnes âgées et à la population en général, de l'information sur le phénomène de l'abus, ses manifestations, ramifications et conséquences.
- Aider, soutenir, accompagner et défendre les personnes âgées aux prises avec des situations d'abus.

a violence envers les aînés

- Suppléer aux carences des services publics et privés à l'égard des personnes âgées.
- Regrouper les personnes âgées ainsi que toutes les personnes concernées par le phénomène de l'abus.

Services offerts

- Sensibilisation de la population à l'existence de l'abus envers les aînés par la diffusion de l'information : médias locaux ou nationaux, colloques, conférences, etc.
- Soutien nécessaire aux personnes victimes d'abus : réception de plaintes et enquête, accompagnement des victimes et représentation, soutien dans les démarches.
- Initiation ou participation à des recherches contribuant à une meilleure compréhension du phénomène et des ressources : recherches universitaires, enquêtes journalistiques ou judiciaires, etc.
- Information sur son existence en tant que ressource d'aide : médias, publicité, recrutement.
- Activités de représentation auprès des gouvernements, institutions, groupes communautaires, corporations professionnelles, etc.
- Centre québécois de consultation sur l'abus envers les aînés / The Elder Abuse Consultation Centre CLSC René-Cassin / Institut universitaire de gérontologie sociale du Québec 5800, boulevard Cavendish Bureau 500 Côte Saint-Luc (Québec) H4W 2T5





Ligne d'écoute et de référence les appels à frais virés sont acceptés

Objectif

Offrir différents services aux professionnels de la santé et des services sociaux et à la communauté afin de promouvoir l'intervention et la prévention dans les cas d'abus de personnes âgées.

Services offerts

Aux professionnels:

- Consultation téléphonique et orientation vers de nombreux intervenants.
- Protocole d'intervention pour les cas d'abus envers les aînés.
- Formation en dépistage et en intervention.
- · Recherche continue.
- · Centre de documentation.





- Ligne d'écoute INFO-ABUS ENVERS LES AÎNÉS (service provincial).
- Services directs aux victimes d'abus et à leur famille (territoire couvert : Côte Saint-Luc, Hampstead et le quartier Snowdon-Ouest de Montréal).
- Sensibilisation de la communauté (prévention et formation de bénévoles).
- Programme de soutien entre pairs (bénévoles).

Maison Jeanne Simard



Services offerts

La Maison Jeanne Simard est la seule ressource d'hébergement pour aînés victimes de violence au Québec. D'une capacité de 10 résidents, elle est ouverte aux hommes et aux femmes du 3e âge et du 4e âge relativement autonomes. Lors des séjours, d'une durée variable, des services de gérontologie, de référence à des travailleurs sociaux, de pastorale ainsi que des services juridiques sont dispensés, le tout dans le respect de la personne âgée.





a violence envers les enfants

Description

I y a violence à l'égard d'un enfant lorsque ce dernier est victime de mauvais traitements ou de négligence qui lui causent des blessures ou d'importants dommages émotifs et psychologiques.

Symptômes

Il existe 4 types de violence faite aux jeunes :

- violence physique : coups et blessures de tous genres ;
- violence psychologique: attaque persistante contre le sentiment de valeur personnelle de l'enfant, humiliations fréquentes, rejets, allusions constantes à la stupidité, isolement forcé, intimidation, exploitation, actes visant à terroriser, demandes excessives, etc;
- négligence : actes d'omission qui perturbent sensiblement le développement émotif, psychologique ou physique. On parle de négligence physique (nourriture, vêtements, logement, soins médicaux, etc.) et de négligence psychologique (amour, confiance, sécurité, etc.). La négligence, qui est plus présente que la violence physique, peut aller de l'indifférence passive au rejet total;
- violence sexuelle : l'enfant est utilisé à des fins de plaisir sexuel par un adulte ou un adolescent. Ce type de violence, plus que les autres, implique que l'agresseur abuse de l'autorité qu'il a sur l'enfant. L'exploitation sexuelle peut venir de l'extérieur de la famille immédiate ou de l'intérieur (une fille sur cinq).

Soixante-quinze pour cent des enfants de moins de 16 ans victimes de violence sont des filles et entre 90 et 98 % des agresseurs sont de sexe masculin. Dans le cas de l'exploitation sexuelle, l'âge où les enfants sont le plus souvent agressés se situe entre 8 et 12 ans et les enfants handicapés courent des risques jusqu'à 50 % supérieurs. Dans plusieurs cas, l'exploitation sexuelle se fait de façon répétitive, systématique et rituelle. Plus le lien social entre l'agresseur et la victime est étroit, plus l'enfant risque d'être traumatisé.

Dans le cas des autres types de violence, les enfants les plus exposés sont ceux d'âge pré-scolaire et les tout-petits.

Causes

La violence commise envers les enfants est la résultante d'une multitude de facteurs en interaction complexe. Parmi ceux-ci, notons la conception rigide des rôles de chacunchacune dans la famille où les interactions se passent sur le mode de la toute puissance du père ou de celui qui joue ce rôle.

Dans ce modèle familial, les enfants sont la propriété de leurs parents. Cette hiérarchisation des rapports interpersonnels situe les enfants au dernier échelon du statut familial.

a violence envers les enfants

Placée en situation d'autorité, la personne abusive utilise son pouvoir pour ignorer, manipuler, contrôler, exploiter des enfants perçus comme des personnes démunies n'ayant que le droit d'obéir, de se soumettre aux volontés des adultes, de remplir les besoins physiques, affectifs ou même sexuels de ces derniers.

C'est ainsi que la violence commise à l'égard des enfants se retrouve dans tous les groupes ethniques, religieux, sociaux et économiques. Dans le profil des personnes abusives, on retrouve certaines des caractéristiques suivantes :

- narcissisme, égocentrisme (les autres ne sont que des instruments);
- attentes irréalistes face à la maturité physique, sociale et psychologique des enfants ;
- immaturité émotionnelle ;
- absence de restriction personnelle;
- faible habileté à résoudre des problèmes, particulièrement les problèmes affectifs ;
- manque de contrôle sur soi, impulsivité, réactions outrées, hostiles ou agressives ;
- basse estime de soi, parfois déguisée en vantardise ;
- projection du blâme sur les autres, déplacement de responsabilité ;
- susceptibilité, orgueil démesuré;
- frustration facile;
- isolement, rejet des contacts sociaux ;
- possessivité développée à outrance ;
- fréquent vécu de violence durant l'enfance ;
- méfiance, semble ne faire confiance à personne ;
- attitude très critique, particulièrement face aux enfants ;
- punitions corporelles excessives, comme mode de discipline ;
- négation des besoins des autres ;
- · etc.

Conséquences

Les effets de la violence sont complexes et peuvent être plutôt dramatiques :

- santé physique : arrêt de croissance chez les tout-petits (dans les cas de négligence), ecchymoses en tous genres, blessures graves, fractures, peut aller jusqu'au décès. Si l'enfant est violenté lors de la grossesse de la mère (violence conjugale), il peut s'ensuivre des retards de croissance et même des lésions de toutes sortes ;
- santé mentale : détresse psychologique, difficultés d'apprentissage, de sociabilisation, diminution de l'estime de soi, culpabilité, malaises psychosomatiques (asthme, gastrite, maux de ventre, eczéma, etc.), passivité, repli sur soi, délinquance, agressivité vis-à-vis les pairs. Il voit la violence comme un moyen normal d'expression et «s'endurcit» pour survivre : il peut devenir violent à son tour à l'âge adulte.

Les effets de la violence à caractère sexuel sont plus documentés et des statistiques sont disponibles :

- diminution de l'amour-propre, dégoût envers soi-même, dépression, troubles du sommeil, difficulté à accorder sa confiance aux gens, toxicomanie et alcoolisme, troubles de l'alimentation, mutilations corporelles, etc;
- les femmes exploitées sexuellement durant l'enfance se retrouvent souvent dans des relations où elles sont encore exploitées ;
- les garçons abusés sexuellement ont plus tendance à devenir eux-mêmes pédophiles;
- 76-90 % des femmes et hommes prostitués ont des antécédents de violence sexuelle, le plus souvent de nature incestueuse ;
- 53 % des femmes incarcérées au Canada (1991) ont affirmé avoir été victime de violence sexuelle durant l'enfance ou l'adolescence ;
- 75 % des adolescentes fugueuses ont été agressées sexuellement durant l'enfance. Chez les garçons, la proportion est de 38 %.

Traitements

La Loi sur la protection de la jeunesse, à l'article 39, exige que toute personne (même un professionnel lié par le secret professionel) qui a un motif raisonnable de croire que la sécurité ou le développement d'un enfant est considéré comme compromis parce que victime d'abus sexuels, de négligence ou soumis à de mauvais traitements physiques, doit signaler sans délai la situation au directeur de la protection de la jeunesse de sa région.

On peut aussi contacter:

- police (911);
- . CLSC:
- centre de santé mentale ;
- service d'écoute;
- CALAC

- Téléphone : (819) 563-9940
- CAVAC (voir section « LA VIOLENCE »)
- · le programme IVAC

- Sans frais : 1 800 561-4822
- CIRV (Centre d'intervention et de recherche sur la violence)
- Téléphone : (514) 272-4416

Pour ce qui est de la violence sexuelle, divers traitements sont dispensés dans les établissements psychiatriques autant pour les agresseurs que pour les victimes.

Dans le cas de l'inceste, les thérapies familiales sont souvent utilisées : on tente de réorganiser la famille au lieu de la dissoudre.

Un des aspects important du traitement de ce grave problème social est sans contredit la prévention :

- accroître l'aide aux familles en difficulté (augmentation des revenus, garderies à prix abordable, services de soutien accessibles);
- briser le cercle vicieux de la violence ;
- apprendre aux enfants à reconnaître et refuser un comportement abusif ou exploiteur.

Capsule juridique

Le Code criminel énumère des types d'agressions qui concernent plus spécifiquement les enfants.

La Loi sur la protection de la jeunesse s'applique aux cas d'enfants maltraités, et met en place des mesures afin de les protéger.

La Loi sur la preuve au Canada a été modifiée afin de permettre aux enfants de moins de 14 ans, de témoigner et de prêter serment.

Les infractions criminelles qui touchent plus spécifiquement les enfants sont les suivantes :

- la **force** employée pour **corriger un enfant ou un élève**, doit être raisonnable selon les circonstances ;
- l'infanticide (une mère dépressive qui cause volontairement la mort de son nouveau-né), la peine maximale est 5 ans de prison;
- tuer un enfant lors de l'accouchement, la peine maximale est la prison à vie ;
- toute personne est légalement tenue de fournir les choses nécessaires à un enfant de moins de 16 ans, la peine maximale est 2 ans de prison ;
- négligence criminelle, la peine maximale est la prison à vie ;
- attouchement sexuel sur un enfant de moins de 14 ans directement ou avec un objet, la peine maximale est de 10 ans de prison;
- invitation ou incitation envers un enfant de moins de 14 ans à avoir des attouchements sexuels, la peine maximale est 10 ans de prison;
- attouchement ou incitation à des attouchements envers un adolescent âgé entre 14 et 18 ans par une personne qui est en situation d'autorité. La peine maximale est de 5 ans de prison;
- acte de **bestialité** en présence d'un enfant de **moins de 14 ans** ou incitation à commettre un tel acte. La peine maximale est de **10 ans de prison**;
- vivre de la **prostitution** d'un enfant âgé de **moins de 18 ans**. La peine maximale est de **14 ans de prison** ;

- tenter d'obtenir ou obtenir les services sexuels d'une personne de moins de 18 ans. La peine maximale est de 5 ans de prison;
- · l'inceste, la peine maximale est de 14 ans de prison;
- avoir des relations sexuelles anales, quand une des deux personnes n'est pas consentante et que ces personnes ne sont pas toutes deux âgées de 18 ans. La peine maximale est de 10 ans de prison;
- les parents qui prostituent leurs entants, si l'enfant a moins de 14 ans, la peine maximale est de 5 ans, si l'enfant est âgé entre 14 et 18 ans, la peine maximale est de 2 ans;
- la personne qui est **propriétaire ou qui gère une maison de débauche** où des enfants se prostituent, la peine maximale est de 5 ans si l'enfant est âgé de moins de 14 ans, et de 2 ans si l'enfant est âgé entre 14 et 18 ans ;
- avoir une attitude moralement inacceptable en présence d'un enfant, comme l'ivrognerie ou une attitude sexuelle choquante. La peine maximale est de 2 ans de prison;
- avoir une attitude indécente (il n'y a pas de prison c'est une infraction sommaire) ou faire de l'exhibitionnisme (montrer ses organes génitaux) dans un endroit public, c'est une infraction sommaire;
- l'agression sexuelle, la peine maximale est de 10 ans de prison ;
- l'agression sexuelle avec une arme, la peine maximale est de 14 ans de prison ;
- l'agression sexuelle grave (blessure et mutilation), la peine maximale est la prison à vie.

L'enfant qui témoigne

Un enfant âgé de moins de 18 ans peut témoigner par enregistrement vidéo, hors de la salle d'audience ou derrière un écran pour la plupart des infractions criminelles énumérées plus haut.

Cette façon de procéder évite à l'enfant le traumatisme du témoignage devant l'agresseur.

Associations et organismes

 Association des centres jeunesse du Québec
 2000, rue Mansfield, bureau 1100 Montréal (Québec) H3A 2Z8



Pour chacune des régions du Québec, un directeur de la protection de la jeunesse est nommé et il agit à l'intérieur des centres jeunesse de son territoire, qui offrent des services sociaux et de réadaptation spécialisés.

Les centres jeunesse du Québec et les bureaux régionaux de la Direction de la protection de la jeunesse



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 723-1255 Télécopieur: (418) 722-0620

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 549-4853 Télécopieur: (418) 693-0768

Québec

Québec

Téléphone : (418) 529-2571 Télécopieur : (418) 525-5716

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 378-5481 Télécopieur: (819) 378-4929

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 822-2727 Télécopieur: (819) 564-7149

Montréal

Montréal

Téléphone : (514) 527-7211 (clientèle francophone)
Téléphone : (514) 989-1885 (clientèle anglophone)

Télécopieur: (514) 599-5061

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 771-6631 Télécopieur: (819) 771-7263

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Téléphone : (819) 732-3244 Télécopieur: (819) 732-9422

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone : (418) 589-9927 Télécopieur: (418) 589-4304

Nord-du-Québec

Kuujjuaq

Téléphone : (819) 964-2919 Télécopieur: (819) 964-2666

Povungnituk

Téléphone : (819) 988-2355 Télécopieur : (819) 988-2304

Chissasibi

Téléphone : (819) 855-2844 Télécopieur: (819) 855-2867

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Téléphone : (418) 368-1803 Télécopieur : (418) 368-5406

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone : (418) 837-9331 Télécopieur: (418) 837-7531

Laval

Laval

Téléphone : (514) 975-3820 Télécopieur: (514) 975-4271

Lanaudière

Joliette

Téléphone : (514) 756-4555 Télécopieur: (514) 756-0814

Laurentides

Blainville

Téléphone : (514) 430-9250 Télécopieur : (514) 430-9259

Montérégie

Longueuil

Téléphone : (514) 679-0140 Télécopieur: (514) 651-5894

Centre de prévention des agressions de Montréal

C.P. 237, succursale Place du Parc Montréal (Québec) H2W 2M9



Téléphone : (514) 284-1212 Télécopieur: (514) 284-1017

Services offerts

Le centre, le premier du genre au Québec et au Canada, axe principalement son action sur la prévention. Il offre différents services en français et en anglais et est sensible aux divers besoins linguistiques, culturels et communautaires. Ces services sont regroupés dans le programme ESPACE (Éducation et sensibilisation sur la prévention des agression commises envers les enfants), offert aux milieux pré-scolaires et primaires.

- Ateliers des adultes : entre autres, on sensibilise les gens sur le rôle des parents dans la réduction de la vulnérabilité des enfants et sur l'écoute des enfants en difficulté.
- Ateliers des enfants : on y enseigne aux enfants les divers types d'agressions, les stratégies pour y faire face, les moyens de reconnaissance et des techniques qui réduisent leur vulnérabilité.
- Ateliers d'autodéfense pour adolescentes et femmes adultes.
- Programme de prévention des agressions commises envers des personnes atteintes de déficience intellectuelle.
- Centre de documentation.
- Regroupement des équipes régionales ESPACE au Québec 59, rue Monfette Local 235
 Victoriaville (Québec) G6P 1J8



Objectifs

Les organismes membres à travers le Québec sont chargés d'appliquer le programme **ESPACE**, qui a pour but de prévenir toute forme d'abus commis envers les enfants, via un programme éducatif destiné aux enfants d'âge préscolaire et primaire ainsi qu'aux adultes de leur collectivité (parents, personnel scolaire, intervenants). Les objectifs du Regroupement sont :

- promouvoir, implanter et consolider au Québec, le programme **ESPACE** et son analyse féministe de la prévention des abus commis envers les enfants ;
- assurer le contrôle de la qualité et de l'uniformité du programme et développer des mécanismes d'évaluation ;
- développer et adapter le programme en fonction des besoins identifiés chez les enfants d'âge préscolaire et primaire en matière de prévention des abus.
- fournir un lieu d'échange, d'information, de formation, de concertation, d'entraide et de soutien pour les équipes **ESPACE**.

- · défendre les intérêts des membres du regroupement ;
- développer et faire reconnaître l'expertise du regroupement en ce qui a trait à la prévention des abus commis envers les enfants ;
- entreprendre des actions pour sensibiliser et informer la population par rapport à la problématique des abus commis envers les enfants pour améliorer les services offerts aux enfants ;
- collaborer avec des organismes ou des personnes engagés dans des activités communautaires ayant trait notamment à la condition des enfants ;
- maintenir des liens avec des organismes ou des personnes engagés dans des activités communautaires ayant trait notamment à la condition des femmes, et plus particulièrement les CALACS;
- maintenir les liens avec les équipes hors-Québec au niveau du contenu et de la philosophie de base du programme, tout en conservant une autonomie aux niveaux du fonctionnement, de l'organisation et de la formation.

Services offerts

- Le programme ESPACE lui-même, qui est appliqué en trois étapes :
 - atelier pour le personnel scolaire : offert avant l'atelier des enfants, l'accent est mis sur la prévention et sur l'identification des situations possibles d'abus ;
 - atelier pour les parents : offert avant l'atelier des enfants, l'accent est mis sur les stratégies de prévention et sur l'importance d'une bonne communication avec les enfants quand il est question de prévention des abus ;
 - atelier pour les enfants : offerts à chaque groupe-classe, l'accent est mis sur les droits des enfants, les stratégies concrètes de prévention, les techniques d'autodéfense et des rencontres individuelles post-atelier favorisant le renforcement des notions acquises et la résolution de problèmes.
- Formation.
- Conférences ou animation d'ateliers lors de colloques, congrès, réunions d'organismes communautaires, d'intervenants ou autres.
- Collaboration avec les différents médias pour sensibiliser la population au problème des abus et aux solutions possibles.
- Collaboration avec les différents intervenants du milieu en matière de prévention des abus.

Organismes membres du Regroupement



Québec

Québec

ESPACE pour les Droits des Enfants de la Région de Québec Téléphone: (418) 682-0858

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

ESPACE Mauricie

Téléphone: (819) 375-3024

Victoriaville

ESPACE Bois-Francs

Téléphone: (819) 752-9711

Estrie

Sherbrooke

ESPACE Estrie

Téléphone: (819) 822-6046

Outaouais

Hull

ESPACE Outaouais

Téléphone: (819) 771-1546

Abitibi-Témiscamingue

Val d'Or

ESPACE Val d'Or

Téléphone: (819) 824-3572

Chaudière-Appalaches

Saint-Jean-Chrysostome

ESPACE Chaudière-Appalaches Téléphone : (418) 839-9704

Montérégie

Châteauguay

ESPACE Châteauguay Téléphone: (514) 692-5757

Valleyfield ESPACE Suroît

Téléphone: (514) 371-8096

Mouvement contre le viol et l'inceste

C.P. 364, Succursale N.D.G. Montréal (Québec) H4A 3P7



Objectif

Contrer la victimisation (restriction de la vie à cause de la peur de la violence) en permettant aux femmes de mieux évaluer les choix possibles dans leur vie et à les exercer, à défaire les mécanismes de la peur.

Services offerts

- Service téléphonique qui offre :
 - aide d'urgence aux femmes victimes d'agression sexuelle (viol et inceste) et aux mères d'enfants victimes d'abus sexuels ;
 - information et aide aux proches de femmes victimes d'agression sexuelle ;
 - information et référence aux intervenants des différents réseaux d'aide et des services sociaux.
- Intervention en contexte de crise (aspect médical, juridique, accompagnement).
- Consultation et suivi thérapeutique individuel pour reprendre le contrôle à la suite d'une agression.
- Suivi thérapeutique de groupe pour femmes survivantes d'inceste et pour mères d'enfants victimes d'abus sexuels.

- Ateliers de sensibilisation dans les écoles, auprès des intervenants sociaux, et auprès du personnel des entreprises, etc.
- Centre de documentation.
- Groupe d'entraide pour les femmes ayant vécu l'inceste
 Centre des femmes de Montréal /
 Women's Centre of Montreal
 3585, rue Saint-Urbain
 Montréal (Québec) H2X 2N6



Objectifs

- Briser l'isolement et le silence.
- Favoriser la confiance, le soutien et le partage.
- Amener les femmes à aider et être aidées
- Développer des moyens de mieux vivre le présent.

Services offerts

Groupe fermé d'un maximum de six femmes. Chaque session comporte 12 rencontres de trois heures animées par deux professionnelles. La démarche proposée favorise la réflexion, la discussion et l'entraide mutuelle. Le coût est de 5 \$ par rencontre.

Note: Il n'existe pas de liste provinciale de groupes d'entraide semblables à celui-ci. Pour savoir si un tel groupe existe dans votre région, communiquez avec le Centre de femmes le plus près de chez vous. La liste des centres de femmes est détaillée à la section «AU FÉMININ...du chapitre 4».

Adultes survivantes de l'inceste /
Adult survivor of Incest (ASOI)
YWCA Montréal («Y» des femmes)
1355, boulevard René-Lévesque Ouest
Montréal (Québec) H3G 1T3

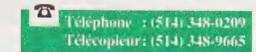


Services offerts

ASOI se veut un groupe d'entraide destiné aux femmes ayant vécu des problèmes d'inceste. Animé par d'autres femmes qui ont survécu à ce type de violence, le groupe offre une écoute, une amitié et une compréhension. Les participantes sont invitées à partager leurs expériences et leurs espoirs, le tout anonymement, confidentiellement et en respectant le rythme de chacune. La prise en charge individuelle de la personne est avant tout visée. La fréquence des réunions est d'une fois par semaine.

Un feuillet bilingue, « COURAGE », est aussi publié et disponible au YWCA, au coût de 4.00 \$.

Mouvement SEM
(Sensibilisation à l'enfance maltraitée)
165A, rue St-Paul, 2e étage
Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J3B 1Z8



Objectifs

- Sensibiliser la population à l'enfance maltraitée.
- Promouvoir le respect de l'enfant.
- Offrir un support aux organismes oeuvrant dans le domaine de la protection de l'enfance.

Services offerts

Les services suivants sont offerts dans la Montérégie, plus particulièrement dans la région de Saint-Jean-sur-Richelieu:

- soutien pendant et après un signalement;
- centre de documentation;
- conférences s'adressant au public ou aux groupes sociaux ;
- projets de prévention en milieu de garde ;
- projets de prévention des abus sexuels au primaire ;
- Connexion (s'adresse aux parents en difficulté ayant de jeunes enfants afin de leur apporter du soutien);
- Contact-SEM (écoute, soutien, accompagnement et information s'adressant aux parents dont l'enfant est victime d'abus sexuels);
- projets de prévention au secondaire ;
- programme Y'APP (Y'a personne de parfait), avec rencontres de groupe de parents d'enfants de 0 à 5 ans.
- Parents-Unis Repentigny (Lanaudière)
 630, rue Marseille
 Repentigny (Québec) J6A 7A3



Objectif

Contrer l'inceste et l'abus sexuel à l'égard des enfants en venant en aide aux victimes et aux parents touchés par ce problème.



Services offerts

- Entraide (accueil,parrainage, activités sociales, bulletin de l'association, témoignages, références aux diverses ressources).
- Prévention (information donnée aux jeunes et aux adultes, formation d'intervenants).
- Traitement (groupes de thérapie pour : enfants victimes, adolescents victimes, adultes victimes durant l'enfance, parents non-agresseurs et agresseurs, adolescents abuseurs et parents).





a violence envers les personnes handicapées

Description

Des personnes handicapées, physiques ou intellectuelles, sont très vulnérables à diverses formes de violence :

- violence psychologique et verbale : cris, abaissement de la victime, ignorance de celle-ci, etc ;
- négligence : les besoins fondamentaux ne sont pas comblés (privation des nécessités de la vie quotidienne, négligence sur le plan émotionnel, privation de soins médicaux nécessaires);
- violence physique (voies de fait): une personne emploie la force d'une manière intentionnelle contre une autre personne sans son consentement. On inclut la violence sexuelle ainsi que les menaces d'agression dans cette catégorie;
- maauvais traitement : recours aux médicaments, à l'isolement, aux techniques de restriction physiques ou chimiques qui causent du tort ou sont susceptibles de causer du tort.

Les études statistiques concernant la violence faite aux personnes handicapées sont très peu nombreuses mais il en ressort que celles-ci sont particulièrement exposées à la violence (un risque 150 % plus élevé que les non-handicapés). Seulement 20 % des cas d'exploitation sexuelle concernant les personnes handicapées sont dénoncés.

Symptômes

Les symptômes de la violence chez les personnes handicapées sont en général les mêmes que pour les autres types de violence.

Causes

La cause principale de ce type de violence est la même que pour les autres types : l'autorité et le pouvoir. Plusieurs facteurs peuvent par contre expliquer l'incidence élevée de la violence à l'égard des personnes handicapées :

- ségrégation : limitation des possibilités de rencontre et de socialisation sur les plans de la formation, de l'emploi et du logement. Cette limitation augmente la dépendance de la personne handicapée envers la famille ou les soignants. L'isolement augmente aussi le désir de tendresse et d'intimité et, de ce fait, augmente la prédisposition à la violence sexuelle ou psychologique;
- manque de pouvoir décisionnel : on considère souvent les personnes handicapées, surtout les handicapées intellectuelles, comme incapable de prendre des décisions. Il est donc rare qu'on leur donne des informations sur des sujets d'intérêt. Par exemple, il est rare que les personnes handicapées reçoivent de l'information sur la sexualité : ils sont alors peu capables de dénoncer une agression ;
- manque d'estime de soi : l'absence de pouvoir décisionnelles ainsi que leur nonconformisme aux normes sociales ont pour effet de diminuer l'estime de soi des personnes handicapées et d'augmenter la victimisation.

a violence envers les personnes handicapées

- manque d'accès aux services communautaires : la violence peut alors continuer plus longtemps;
- pauvreté: le revenu moyen des personnes handicapées est inférieur à celui de la population en général. La pauvreté favorise la tendance à vivre dans un milieu propice à la violence. La personne handicapée peut, par exemple, s'accrocher à une relation violente faute d'argent ou d'accès à un bon logement;
- représentation culturelle : les médias décrivent souvent les personnes handicapées comme des êtres dépendants et bizarres. Elles passent alors comme des «proies faciles» et peuvent être considérées comme des témoins non-qualifiés par les tribunaux.

Traitements

Que faire si on est victime ou témoin de violence faite à une personne handicapée ?

- Police (9-1-1);
- Urgences des hôpitaux ;
- · Maison de transition pour femmes victimes de violence
 - Regroupement provincial des maisons d'hébergement et de transition pour femmes victimes de violence conjugale

Téléphone : (514) 279-2007

Fédération de ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Québec :

Téléphone : (514) 674-0324

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) (voir section «VIOLENCE»);

 Centre d'aide aux victimes d'agressions à caractère sexuel (CALACS Téléphone : (819) 563-9940

 Réseau d'action des femmes handicapées du Canada Téléphone : (514) 725-4123

- l'Aide juridique
 - Commission des services juridiques

Montréal : (514) 873-3562

- Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV)
- Téléphone : (514) 272-4416

Capsule juridique

Veuillez consulter la section «LA VIOLENCE ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES»

La violence conjugale

Description

omme son nom l'indique, la violence conjugale est une violence qui se déroule entre conjoints, qu'ils soient mariés ou simplement conjoints de fait, hétérosexuels ou homosexuels. Mais la réalité de loin la plus présente est la violence de l'homme envers la femme. Selon **Statistique Canada** (1993), 25 % de l'ensemble des Canadiennes ont été victimes d'au moins un acte de violence conjugale depuis qu'elles ont 16 ans. Quarante pour cent des meurtres commis au Canada le sont entre conjoints : dans la majorité des cas, c'est l'homme qui tue sa conjointe

Symptômes

La violence conjugale peut prendre plusieurs formes qui se produisent souvent chronologiquement (escalade) :

- violence psychologique: l'agresseur harcèle la victime, l'ignore, l'abaisse, critique ses performances sexuelles, la rend jalouse, la boude, lance des objets, claque les portes, garde le silence, conduit dangereusement la voiture, etc.;
- violence verbale : l'agresseur emploie un langage grossier et injurieux, fait des railleries, critique et tient des propos humiliants, interdit exagérément des choses, insulte et menace, etc.;
- violence physique: l'agresseur bouscule la victime, la frappe, la pousse, la secoue, la blesse, lui tire les cheveux, lui serre les bras, la force à avoir des relations sexuelles, etc.;
- homicide et/ou suicide : le stade ultime de la violence conjugale.

La violence conjugale se vit souvent en cycles comportant trois étapes :

- escalade de la tension : petit à petit, l'agresseur attaque avec des insultes, des remarques méprisantes, diverses techniques de contrôle (isolement, responsabilisation de la victime, utilisation des enfants, etc.) ou d'interrogatoire. Plus l'escalade se poursuit, plus l'auteur devient agressif et plus la victime devient passive;
- explosion de violence : il y a perte de contrôle pendant une courte période de temps (de quelques heures à 24 heures) généralement provoquée par un événement extérieur ou un état intérieur de l'agresseur. La victime court ici de très grands risques d'être violentée sexuellement, blessée ou tuée ;
- lune de miel et réconciliation : l'agresseur devient affectueux et semble regretter ses actes. Il peut demander pardon, promettre que ça ne se reproduira plus, faire des cadeaux extravagants. Il ramène l'espoir chez la victime.

Le cycle reprend alors. Plus le temps passe, plus les phases sont rapprochées et graves.

a violence conjugale

Conséquences

Femmes

- Santé physique : ecchymoses, graves fractures et blessures, perte de vie, etc.
- Santé mentale : isolement social, dépression, toxicomanie et alcoolisme, tentatives de suicide, diminution de l'estime de soi, honte, décharge de la colère sur les enfants, etc.

Enfants

Les effets à long terme de la violence sont profonds et complexes :

- . délinquance;
- criminalité;
- retards de développement ;
- grossesses chez les adolescentes ;
- difficultés d'apprentissage;
- maladies mentales :
- lésions cérébrales ;
- arrêt de croissance.

Hommes

- . Sentiment de mépris et de culpabilité
- . Incapacité à vivre l'intimité avec sa conjointe.
- Enfermement dans un comportement compulsif.
- . Risque d'arrestation et de condamnation
- . Risque de perdre la conjointe, ses enfants et reconnaissance sociale.

Causes

On s'entend tous pour dire que la violence conjugale est avant tout un problème d'ordre social, qui se retrouve dans toutes les classes de la société, dans toutes les cultures et dans tous les groupes d'âge. Les causes principales semblent être :

- stéréotypes sexuels : rôle limité de la femme aux niveaux familial, social et économique.
- tolérance des comportements violents par la société : la violence, un comportement souvent appris et utilisé comme moyen de contrôle et de domination, est acceptée, excusée et quelquefois valorisée (sport, guerre, jouets violents).

Les hommes violents sont souvent des êtres isolés, qui finissent par être excessivement dépendants de leur conjointe et par se sentir menacés par des intérêts extérieurs. Ils peuvent être insensibles à leurs émotions et exprimer tous leurs sentiments négatifs sous forme de colère.

Quant aux divers problèmes de santé mentale qui pourraient aussi expliquer la violence conjugale (dépression, toxicomanie, alcoolisme, etc.) ils peuvent être des facteurs précipitants mais ne sont pas considérés comme les causes de la violence.

La violence conjugale

Traitements

Victimes: plusieurs ressources sont offertes aux victimes de violence conjugale:

- · des maisons d'hébergement et de transition ;
- les CLSC
- les urgences des hôpitaux ;
- la police (9-1-1)
- les CALACS (Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel)
- les CAVAC (Centres d'aide pour les victimes d'actes criminels) (voir section « LA VIOLENCE»)
- les centres de femmes
- les centres de santé des femmes
- ◆ Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV)
- ♦ le programme IVAC (Indemnisation des victimes d'actes criminels)



Sans frais: 1 800 561-4822

Hommes : pour les conjoints violents, il existe une vingtaine de programmes de traitements qui accueillent environ 2000 personnes par année.

 Centre d'intervention et de recherche sur la violence (CIRV)



Capsule juridique

Vous devez savoir que c'est l'État qui est chargé de faire régner l'ordre public, si vous portez plainte, ce n'est pas vous qui poursuivez, c'est l'État (la couronne). Vous ne pouvez retirer votre plainte (à moins qu'elle soit très mineure) et à la limite on n'a même pas besoin que vous portiez plainte (la police pourrait le faire à votre place si elle considère que les preuves sont suffisantes).

Le *Code criminel* énumère les infractions criminelles, et celles qui touchent le plus souvent les femmes sont les suivantes:

- Toute personne est légalement tenue à titre de personne mariée, de fournir les choses nécessaires à l'existence de son conjoint. La peine maximale est 2 ans de prison.
- L'utilisation d'une arme à feu. La peine maximale est de 14 ans de prison.
- Braquer une arme à feu (pointer une arme à feu en direction de quelqu'un). La peine maximale est de 5 ans de prison.

Note: Même si le geste est fait par négligence ou de façon accidentelle, la personne est passible d'emprisonnement pouvant aller jusqu'à 5 ans.



- Avoir en sa possession une arme à feu ou une imitation d'arme à feu. La peine maximale est de 10 ans de prison.
- Troubler la paix soit en faisant du tapage ou en étalant des choses indécentes dans un endroit public ou en flânant et en gênant des personnes dans un endroit public ou en troublant la tranquillité des occupants d'une maison d'habitation.

La peine est moins sévère, il n'y a pas de prison (c'est une infraction sommaire).

- Flâner ou rôder la nuit sur la propriété de quelqu'un d'autre. Il n'y a pas de prison (c'est une infraction sommaire).
- Pour un meurtre ou une tentative de meurtre la peine maximale est l'emprisonnement à vie.
- Faire des menaces de mort, la peine maximale est 5 ans de prison.
- Tous voies de fait (les coups et les blessures), la peine maximale est de 5 ans de prison.
- Voies de fait grave (les blessures causées sont graves), la peine maximale est de 14 ans de prison.
- L'agression sexuelle, la peine maximale est de 10 ans de prison.
- L'agression sexuelle avec une arme, la peine maximale est de 14 ans de prison.
- L'agression sexuelle grave (blessure et mutilation), la peine maximale est la prison à vie.
- L'enlèvement et la séquestration, la peine maximale est la prison à vie.
- S'introduire sans permission dans le but de commettre un crime. Si c'est dans une maison privée la peine maximale est la prison à vie, si c'est ailleurs que dans une maison privée la peine maximale est 14 ans de prison.
- Propos indécents au téléphone, il n'y a pas de prison (c'est une infraction sommaire).
- Harceler quelqu'un au téléphone, il n'y a pas de prison (c'est une infraction sommaire)
- L'intimidation dans le but d'empêcher ou de forcer quelqu'un à faire quelque chose : user de violence, de menaces de violence, suivre quelqu'un de place en place, cacher des outils, des vêtements, des biens, suivre quelqu'un sur une grande route d'une façon désordonnée, surveiller une maison, bloquer une route.

Il n'y a pas de peine maximale c'est une infraction sommaire.

• Les **méfaits sur des biens** (détériorer ou rendre dangereux ou inutilisable des biens), la peine maximale est de **deux ans**, et peut aller jusqu'à la **prison à vie** si le méfait cause un **danger réel pour la vie des gens**.

Associations et organismes

S.O.S. Violence Conjugale
 C.P. 55, Succursale C
 Montréal (Québec) H2L 4S7



a violence conjugale

Services offerts

- Service téléphonique bilingue, gratuit et accessible en tout temps.
- Référence aux maisons d'hébergement pour femmes violentées ou aux ressources appropriés.
- Fédération de ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Québec

C.P. 67, Succursale Longueuil Longueuil (Québec) J4K 4X8



Objectifs

- Promouvoir et défendre les intérêts des maisons membres en tenant compte de leur autonomie, de leurs particularités, de leurs similitudes et de leurs différences, dans un esprit de partenariat.
- Leur fournir le soutien nécessaire à la réalisation de leurs mandats.
- Les représenter auprès des autorités politiques, des instances publiques, parapubliques et privées lorsque leurs intérêts et ceux de leurs clientèles sont concernées.
- Sensibiliser la population, les instances publiques et para-publiques, gouvernementales et non gouvernementales aux rôles des maisons membres et aux besoins de la clientèle qu'elles desservent.

Services offerts

- Production de guides de sensibilisation qui visent à impliquer tous les citoyens dans la résolution de ce problème social ;
- Trousse d'information et de formation sur le processus judiciaire criminel destinée aux divers intervenants en violence conjugale ;
- Formation offerte aux intervenantes et aux directrices des maisons membres ;
- Soutien technique aux maisons membres ;
- Bulletin d'information interne : «Info-Fédé »(4 fois par année);
- Information et sensibilisation au phénomène de la violence conjugale (médiasgroupes).
- Regroupement provincial des maisons d'hébergement et de transition pour femmes victimes de violence conjugale 5225, rue Berri, bureau 304 Montréal (Québec) H2J 2S4





Objectifs

- Favoriser la mise sur pied de maisons d'hébergement, de ressources et de services pour les femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants.
- Initier et soutenir des recherches dans le domaine de la violence conjugale.
- Offrir de la formation au personnel des maisons d'hébergement.
- Offrir aux gens concernés l'accès à de la documentation.
- Favoriser l'éducation populaire et la concertation sur le problème de la violence conjugale.
- Financer et équiper les ressources destinées à contrer la violence.

Services offerts

- Information sur la violence congugale (médias, événements publics, publications diverses, centre de documentation).
- Formation des intervenants en milieu communautaire, social ou juridique.
- Atelier public destiné aux femmes qui veulent entreprendre une démarche personnelle de reprise de pouvoir sur leur vie.
- Gestion de «S.O.S. Violence Conjugale»
- Support aux groupes qui veulent implanter une maison d'hébergement.
- Formation continue aux intervenantes en maison d'hébergement.
- Bulletin d'information interne (5 fois par année).
- · Soutien technique aux maisons d'hébergement.
- Journées d'étude, colloques, séminaires et comités statutaires pour permettre aux maisons d'échanger entre elles.

Les maisons d'hébergement et de transition qui existent au Québec offrent ces services :

- services d'hébergement, d'écoute, de relation d'aide, de soutien, d'information, de référence, d'accompagnement et de suivi ;
- ces services, offerts 24 heures sur 24 et 7, jours sur 7 sont confidentiels et sécuritaires. Les femmes violentées peuvent donc sortir de leur isolement et trouver des conditions de calme et de sérénité leur permettant de mieux clarifier leur situation.
- collaboration avec les différentes ressources du milieu afin d'assurer aux victimes des services complémentaires qui ne sont pas offerts dans les maisons.

1 a violence conjugale

Les maisons d'hébergement et de transition du Québec :

- * : membre de la Fédération de ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Ouébec.
- #: membre du Regroupement provincial des maisons d'hébergement et de transition pour femmes victimes de violence conjugale.

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Cabano

Urgence-femmes

Téléphone: (418) 854-7160

Matane

La Gigogne#

Téléphone: (418) 562-3377

Rimouski La Débrouille #

Téléphone: (418) 724-5067

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

La Passerelle Inc.*

Téléphone: (418) 668-4671

Chicoutimi

Centre féminin du Saguenay Inc.*

Téléphone: (418) 549-4343

Dolbeau

Halte-Secours#

Téléphone: (418) 276-3965

Jonquière

La Chambrée #

Téléphone: (418) 547-7283

Roberval

L'Auberge de l'Amitié# Téléphone: (418) 275-4574

Centre Amical de la Baie*

Téléphone: (418) 544-4626

Ouébec

Baie-St-Paul

Maison Fafard

Téléphone: (418) 435-3520

Charlesbourg

Maison du Coeur de

Charlesbourg*

Téléphone: (418) 624-0500

La Malbaie

La Montée #

Téléphone: (418) 665-4694

Ouébec

Centre femme (YWCA)

Téléphone: (418) 683-2548

Expansion-femmes de Québec

Téléphone: (418) 623-3801

La Maison Kinsmen Marie-

Rollet*

Téléphone: (418) 688-9024

Maison de Lauberivière

Téléphone: (418) 694-9316

Maison des Femmes de Québec#

Téléphone: (418) 522-0042

St-Raymond

Mirépi Maison d'hébergement Inc.*

Téléphone: (418) 337-4811

Sainte-Foy

Maison des Femmes

Immigrantes de Québec

(immigrantes)#

Téléphone: (418) 652-9761

Maison Hélène Lacroix*

Téléphone: (418) 527-4682

Mauricie-Bois-Francs

Cap-de-la-Madeleine

Le F.A.R. Inc.*

Téléphone: (819) 378-2990

Drummondville

La Rose des Vents de

Drummond#

Téléphone: (819) 472-5444

La Tuque

Le Toit de l'Amitié#

Téléphone: (819) 523-7829

Nicolet

La Nacelle #

Téléphone: (819) 293-6942

Shawinigan

La Séjournelle #

Téléphone: (819) 537-8348

Trois-Rivières

Résidence de l'Avenue A

Téléphone: (819) 376-8311

Maison de Connivence#

Téléphone: (819) 379-1011

Victoriaville

L'Entre-Temps#

Téléphone: (819) 758-6066

Estrie

La Bouée Régionale du Lac

Mégantic Inc.#

Téléphone: (819) 583-1233

Sherbrooke

L'Escale*

Téléphone: (819) 569-3611

Weedon

La Méridienne#

Téléphone: (819) 877-3050

Martinville

Séjour La Bonne Oeuvre Inc.*

Téléphone: (819) 835-9272

Montréal

Anjou

Maison Anjou*

Téléphone: (514) 353-5908

Lachine

Le Parados*

Téléphone: (514) 637-3529

La violence conjugale

Au Québec



Les maisons d'hébergement et de transition du Québec (suite)

Montréal

Assistance aux femmes

(immigrantes) #

Téléphone: (514) 270-8291

Auberge Madeleine*

Téléphone: (514) 597-1499

Auberge Shalom...pour femmes

(communauté juive)

Téléphone: (514) 731-0833

Auberge Transition #

Téléphone: (514) 481-0496

Escale pour Elle #

Téléphone: (514) 493-4004

Flora Tristan Inc. (immigrantes)*

Téléphone: (514) 939-3463

Inter-Val 1175 Inc.*

Téléphone: (514) 933-8488

La Dauphinelle

Téléphone: (514) 598-7779

Le Chaînon*

Téléphone: (514) 845-0151

Maison de l'Ancre*

Téléphone: (514) 725-1534

Maison du Réconfort #

Téléphone: (514) 768-8648

La Maison Grise de Montréal*

Téléphone : (514) 722-0009

Maison Marguerite*

Téléphone: (514) 932-2250

Multi-Femmes #

Téléphone: (514) 523-1095

Secours aux Femmes

(immigrantes)

Téléphone: (514) 593-6353

Transit 24*

Téléphone: (514) 383-4994

Montréal-Est

Maison Dalauze*

Téléphone: (514) 640-4211

Roxboro

Refuge pour les femmes de

l'ouest de l'Île #

Téléphone: (514) 620-4845

Outaouais

Aylmer

L'autre chez soi #

Téléphone: (819) 685-0006

Buckingham

Le Clair de l'Une #

Téléphone: (819) 986-8286

Fort Coulonge

L'EntourElle*

Téléphone: (819) 683-2709

Gatineau

Maison Unies-Vers-Femmes #

Téléphone: (819) 568-4710

Hull

Centre Mechtilde #

Téléphone: (819) 777-2952

Maniwaki

Corporation Halte femmes

Haute-Gatineau

Téléphone: (819) 449-4782

Wakefield

Maison Vallée-de-la-Gatineau /

Gatineau Valley House *

Téléphone : (819) 827-4045

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Maison Mikana #

Téléphone: (819) 732-9161

Rouyn-Noranda

Alternative pour Elles #

Téléphone: (819) 797-1754

Val-d'Or

Le Nid #

Téléphone: (819) 825-3865

Ville-Marie

Centre des Femmes

Téléphone: (819) 622-0111

Côte-Nord

Baie-Comeau

Maison des Femmes de Baie-

Comeau #

Téléphone: (418) 296-4733

Forestville

L'Amie d'Elle #

Téléphone: (418) 587-2533

Sept-Îles

La Maison le coin des Femmes #

Téléphone: (418) 962-8141

Nord-du-Québec

Chibougamau

L'Aquarelle *

Téléphone: (418) 748-7654

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Carleton

L'Émergence #

Téléphone: (418) 364-7782

Gaspé

L'Aid'Elle #

Téléphone: (418) 368-6883

Îles de la Madeleine

L'Accalmie #

Téléphone: (418) 986-5044

Maison L'Orée de Pabos #

Téléphone: (418) 689-6288

Sainte-Anne-des-Monts

Centre Louise Amélie*

Téléphone: (418) 763-7641

Chaudière-Appalaches

L'Islet-sur-Mer

Havre des Femmes #

Téléphone: (418) 247-7622

Lévis

La Jonction pour Elle #

Téléphone: (418) 833-8002

Saint-Georges

Maison Havre l'Éclaircie #

Téléphone(418) 227-1025

Thetford Mines

La Gitée #

Téléphone: (418) 335-5551

Au Québec



Les maisons d'hébergement et de transition du Québec (suite)

Laval

Le Prélude #

Téléphone: (514) 682-3050

Maison L'Esther #

Téléphone : (514) 688-6060

Lanaudière

Joliette

La Traverse #

Téléphone: (514) 759-5882

Repentigny Regard en Elle*

Téléphone: (514) 582-6000

Laurentides

La citad'Elle de Lachute*
Téléphone: (514) 562-7797

Mont-Laurier

La Passe-R-Elle des Hautes

Laurentides #

Téléphone: (819) 623-1523

Saint-Jérôme

Maison d'Ariane #

Téléphone: (514) 432-9355

Sainte-Agathe-des-Monts

L'Ombre-Elle #

Téléphone: (819) 326-1321

Sainte-Thérèse

Maison d'accueil le Mitan Inc.

Téléphone: (514) 435-3651

Montérégie

Chambly

Auberge Camiclau

Téléphone: (514) 658-9780

Châteauguay
La Re-Source #

Téléphone: (514) 699-0908

Cowansville

Horizon pour Elle #

Téléphone: (514) 263-5046

Granby

Maison Hébergement

pour Elles*

Téléphone: (514) 776-6700

Longueuil

Carrefour pour Elle Inc. *

Téléphone: (514) 651-5800

Sorel

Maison La Source*

Téléphone: (514) 743-2821

Saint-Hubert

Pavillon Marguerite-de-

Champlain*

Téléphone: (514) 656-1946

Saint-Hyacinthe
La Clé sur la Porte #

Téléphone : (514) 774-1843

Saint-Jean-sur-Richelieu

Le Coup d'Elle #

Téléphone : (514) 346-1645

Valleyfield

L'Accueil Inc. *

Téléphone: (514) 371-4618

Un organisme, situé à Montréal, offre des services semblables sans être un centre d'hébergement :

Regroup'elles:

Téléphone: (514) 968-0406

 Association des Ressources Intervenant auprès des hommes violents inc. (ARIHV)

5225, rue Berri, bureau 301 Montréal (Québec) H2J 2S4 4

Téléphone : (514) 279-4602 Télécopieur: (514) 279-4336

Objectifs

- Regrouper les organismes communautaires intervenant prioritairement auprès des hommes abusifs ou violents avec leur partenaire.
- Regrouper également les personnes et les autres organismes intervenant auprès des hommes violents dans un contexte de relation conjugale.
- Faire des représentations politiques auprès des gouvernements et des autres organismes.
- · Contribuer à la formation spécialisée, aux recherches et aux études appropriées.
- Contribuer à la recherche de moyens de financement pour les organismes membres.

a violence conjugale

- · Favoriser une circulation adéquate de l'information auprès des membres.
- Sensibiliser la population, les gouvernements, les différents organismes et les professionnels à la problématique.
- Favoriser le développement d'une coalition québécoise des organismes communautaires intervenant en matière de violence conjugale et familiale.

Services offerts

L'ARIHV compte des organismes membres dans divers coins du Québec. Ils offrent des services d'aide aux hommes violents et dispensent également des services de renseignement et de référence aux femmes violentées, ainsi que des activités de sensibilisation et de prévention pour contrer la violence conjugale.

Organismes oeuvrant auprès des conjoints violents

* membre de l'ARIHV

Ailleurs au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

C.T.A.C.

Téléphone: (418) 725-2822

Rivière-du-Loup

Groupe d'aide aux hommes violents du KRTB inc.*

Téléphone: (418) 867-2642

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Groupes Cou...Rage

Téléphone: (418) 545-1262

Québec

Ouébec

G.A.P.I. Groupe d'Aide aux

Personnes Impulsives*

Téléphone: (418) 529-3446

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Halte Drummond*

Téléphone: (819) 472-5299

Trois-Rivières

Accord Mauricie Inc.*

Téléphone: (819) 693-5264

Victoriaville

Halte Bois-Francs*

Téléphone: (819) 758-3857

Estrie

Sherbrooke

Centre d'aide Écart Enr.

Téléphone: (819) 822-3424

Le Seuil de l'Estrie*

Téléphone: (819) 821-2420

Montréal

Anjou

Entraide pour hommes de

Montréal *

Téléphone: (514) 355-8300

Montréal

OPTION*

Téléphone: (514) 527-1657

PRO-GAM Inc.*

Téléphone: (514) 270-8462

S.A.C. Service d'Aide aux

Conjoints*

Téléphone: (514) 384-6296

Maison Oxygène*

Téléphone: (514) 523-9283

Outaouais

Low

L'Impact-Rivière Gatineau *

Téléphone: (819) 422-3548

Côte-Nord

Groupe d'intervention pour hommes violents / CLSC des

Sept-Îles

Téléphone: (418) 962-2572

Chaudière-Appalaches

Lévis

SAHARAS (Service d'aide aux

hommes agresseurs de la Rive-Sud)

Téléphone: (418) 835-3400

L'Isletville

Entraide au Masculin Côte-Sud*

Téléphone: (418) 247-5030

a violence conjugale

Ailleurs au Québec



Organismes oeuvrant auprès des conjoints violents (suite)

Chaudière-Appalaches

Saint-Georges-de-Beauce

Vi-Sa-Vi (Vivre sans violence) Téléphone: (418) 227-3238

Thetford Mines

D'Hommes à Hommes * Téléphone : (418) 335-9717

Laval:

C.H.O.C. (Centre pour Hommes Opprimants et Colériques)*

Téléphone: (514) 681-6335

Lanaudière

Joliette

C.A.H.O. (Centre d'Aide pour Hommes Opresseurs)*

Téléphone: (514) 756-4934 Sans frais: 1 800 567-8759

Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la condition féminine (CDEACF)

1265, rue Berri, bureau 340 Montréal (Québec) H2L 4X4

Laurentides

Saint-Jérôme

A.C.C.R.O.C. (Accueil Collectif des Conjoints en Relation Opressante et Colérique)* Téléphone: (514) 569-9966

Sainte-Agathe-des-Monts

STOP (Groupe d'intervention auprès des hommes violents des Laurentides)*

Téléphone: (514) 226-3919 Sans frais: 1 800 267-3919

Montérégie

Granby

Ressource pour hommes de Granby*

Téléphone : (514) 777-6680

Lemoyne

Programme régional d'intervention masculine «Après-Coup»*

Téléphone: (514) 672-6461



Le CDEACF réunit une documentation de base pour l'information, l'intervention et la recherche dans plusieurs domaines dont la violence faite aux femmes.

Services offerts

Les services suivants sont offerts aux intervenants de groupes populaires, aux institutions d'enseignement ainsi qu'à toute personne ou groupe intéressé par, entre autres, la problématique de la violence :

- accueil personnalisé et consultation de documents sur place ;
- formation en gestion de documents ;
- prêt de documents (et prêt inter-bibliothèque), photocopie et télécopie ;
- recherche informatisée;
- référence par téléphone ;
- productions IFPCA
- possibilité de visionnement de documents audiovisuels.

Description

Ja violence sexuelle comprend : les relations sexuelles sans consentement, les attouchements sexuels non désirés, les activités sexuelles humiliantes accomplies de force, les relations avec une victime qui ne peut donner son consentement (ex : ivresse) ainsi que le harcèlement sexuel. Par harcèlement sexuel, on entend : oeillades, paroles, gestes, attouchements, menaces, propositions, farces, affichage de matériel pornographique et même agression sexuelle. Comme les sujets de la violence conjugale et de la violence faite aux enfants sont traités séparément dans d'autres sections, ils ne seront pas élaborés ici. Il faut noter qu'on fait une différence entre violence conjugale et violence durant les fréquentations.

Les crimes d'ordre sexuel représentent 12 % de l'ensemble des voies de fait au Canada. Ce sont les femmes, en très grande majorité, qui en sont victimes.

Conséquences

Les conséquences de la violence sexuelle sont nombreuses et graves. Elles peuvent handicaper sérieusement la vie des victimes.

- Santé physique : blessures et ecchymoses en tous genres.
- Santé mentale : syndrome post-traumatique (voir la section «TROUBLES ANXIEUX» du CHAPITRE 2), diminution de l'estime de soi, tentatives de suicide, hausse de la consommation de somnifères et de sédatifs, difficultés relationnelles, hostilité, etc.

Causes

Plusieurs mythes existent pour expliquer la violence sexuelle :

- Les hommes répondent à des pulsions sexuelles irrésistibles.
- La victime provoque souvent l'agresseur.
- Les victimes aiment la brutalité et trouvent la violence sexuelle excitante.
- Les victimes dénoncent leur agresseur par vengeance.

La réalité est tout autre. Les agressions sexuelles sont avant tout motivées par un désir de contrôle, de domination et par la rage. Sept fois sur 10 (85 % des agressions signalées dans les CALACS), l'agresseur connaît sa victime.

Les causes peuvent être séparées en 2 catégories :

- Stéréotypes sexuels : la femme a un rôle inférieur dans la plupart des sphères de la société.
- Acceptation de la violence dans la société: ce comportement, utilisé comme moyen de contrôle et de domination, est accepté, excusé et même quelquefois valorisé.

L'utilisation de la force durant les relations sexuelles est admise par un bon nombre de jeunes. C'est sans doute pour cela que seulement 1 % des viols commis lors des fréquentations sont dénoncés. Comme ce type de violence ne se passe pas dans une ruelle mal éclairée, on néglige de le considérer comme une agression sexuelle véritable.

Quant aux maladies mentales, elles ne peuvent pas être considérées comme des causes réelles de violence sexuelle : seulement 3 % des violeurs peuvent être identifiés commes des aliénés mentaux au sens de la loi.

Le harcèlement sexuel au travail est une forme de discrimination basée sur le sexe. C'est aussi et surtout un abus de pouvoir. Il peut être commis par un employeur, un superviseur, un collègue de travail, un client, etc.

Traitements

Plusieurs ressources sont disponibles pour les victimes de violence à caractère sexuel :

- police (911).
- les urgences de hôptaux ;
- réseau des CLSC:
- réseau des CALACS (centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel);
- réseau des CAVACS (centres d'aide aux victimes d'actes criminels) (voir section «LA VIOLENCE»);
- programme IVAC (indemnisation des victimes d'actes criminels);
- Sans frais: 1 800 561-4822
- réseau des centres de femmes
 (se référer à la section «DU FÉMININ...»
 du chapitre 4);
- Téléphone : (514) 843-8156
- ◆ réseau des centres de santé des femmes (se référer à la section «DU FÉMININ...»)
- Téléphone : (514) 844-0909
- Centre d'intervention et de recherche sur la violence :
- **Téléphone : (514) 272-4416**

Capsule juridique

Veuillez vous référer à la section «LA VIOLENCE CONJUGALE».

Associations et organismes

 Regroupement québécois des centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS)
 C.P. 605
 Sherbrooke (Québec) J1H 5K5



Services offerts

Le regroupement offre les services suivants :

- mise à jour des connaissances;
- · congrès annuel;
- * activités de formation pour les personnes impliquées dans les CALACS;
- réponses aux demandes d'information sur les services des centres provenant de diverses sources : réseau des affaires sociales, groupes de femmes ;
- programme ESPACE : programme de prévention des abus sexuels commis envers les enfants ;
- engagement, avec d'autres organismes, dans divers projets de sensibilisation du public à la violence à caractère sexuel.

Les 22 centres offrent les services :

- prévention : service d'information, de documentation, de conférences et d'animations s'adressant aux adultes, aux jeunes et aux intervenants sociaux ;
- * service d'aide directe : rencontres individuelles et de groupes, information et accompagnement (procédures judiciaires, examen médical, dédales administratifs) ;
- * groupes de soutien pour survivantes d'inceste, de viol, etc.

Liste des CALACS

*: membre du Regroupement québécois des CALACS

Au Québec 🔼 🔼

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

CALACS Rimouski*

Téléphone: (418) 725-4220

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

La Maison ISA*

Téléphone: (418) 545-6444

Québec

Québec

Viol-Secours

Téléphone: (418) 522-2120

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

La Passerelle*

Téléphone: (819) 478-3353

Trois-Rivières

CALACS Trois-Rivières*

Téléphone: (819) 373-1232

Estrie

Sherbrooke

CALACS Sherbrooke*

Téléphone: (819) 563-9999



Au Québec



CALACS (suite)

Montréal

Montréal

Centre pour les victimes d'agression sexuelle Téléphone : (514) 934-4504

Mouvement contre le viol et

l'inceste

Téléphone: (514) 278-9383 Le Service aux victimes d'agression sexuelle de l'Hôtel-Dieu

Téléphone: (514) 843-2611

Trêve pour Elles*

Téléphone: (514) 251-0323

Outaouais

Hull

CALAS (Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles) - Outaouais*

Téléphone : (819) 771-1773 (urgence) ou 771-6233

(information)

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Point d'appui*

Téléphone: (819) 797-0101

Val d'Or

Assaut Sexuel Secours* Téléphone: (819) 825-6968

Côte-Nord

CALACS Baie-Comeau* Téléphone: (418) 589-1714

Chaudière-Appalaches

Saint-Georges-de-Beauce CALACS Chaudière-

Appalaches*

Téléphone: (418) 227-6866

Laval

CPIVAS (Centre de prévention et d'intervention pour les victimes d'agressions sexuelles)

Téléphone : (514) 669-8279 (aide) ou 669-9053 (administration)

Lanaudière

Joliette

CALACS Lanaudière* Téléphone : (514) 756-4999

Laurentides

Saint-Jérôme

CALACS Laurentides*
Téléphone: (514) 565-6231

Montérégie

Châteauguay

CAPAS (Centre d'aide et de prévention d'assauts sexuels)* Téléphone: (514) 699-8258

Granby

CAPAS*

Téléphone: (514) 375-3338

Saint-Lambert

La Traversée- Centre de lutte contre les agressions à caractère sexuel de la Rive-Sud

Téléphone : (514) 465-5263

Valleyfield La Vigie*

Téléphone: (514) 371-4222

 Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail*

4229, rue de Lorimier Montréal (Québec) H2H 2A9



Téléphone : (514) 526-0789 Télécopieur: (514) 526-8891

Objectif

Seul organisme au Québec à oeuvrer dans le domaine du harcèlement sexuel, le Groupe a pour mandat d'assister et d'informer les victimes de harcèlement sexuel en milieu de travail sur tout ce qui concerne la défense de leurs droits.

Services offerts

Aux femmes et autres clientèles

- Service d'écoute téléphonique.
- * Service d'intervention sociale (suivi à court, moyen et long termes du dossier de l'usager).
- Service d'accompagnement auprès des instances concernées.
- Service d'information juridique (si nécessaire).
- Service de thérapies de groupe (cafés-rencontres mensuels).
- Service de référence à des intervenants externes.
- Service de documentation.
- Guide d'intervention «ÇA FAIT PAS PARTIE D'LA JOB».

Aux groupes et employeurs

- Services de consultation.
- Sessions de sensibilisation (définitions et conséquences du harcèlement sexuel).
- · Sessions de formation aux cadres et employés d'entreprises pour l'élaboration d'une politique interne de prévention contre le harcèlement sexuel.
- Clinique externe de consultation sur la délinquance sexuelle Centre de psychiatrie légale de Montréal

1010, rue Sainte-Catherine Est, bureau 230 Montréal (Québec) H2L 2G3



Objectifs

- · Évaluation et traitement de personnes présentant une problématique de délinquance sexuelle.
- Formation des intervenants du système légal et social.

Services offerts

- Évaluation des cas
- Formation théorique et clinique des intervenants.

• Traitement.

- · Recherche.
- Conseils auprès des intervenants

Clientèle

On accueille les personnes adultes (de plus de 18 ans) aux prises avec des problèmes de délinquance sexuelle (pédophilie, exhibitionnisme, voyeurisme, viol, etc.) et dirigée à la clinique par de multiples sources (tribunaux, libération conditionnelle, médecins, etc.)

Les personnes présentant un problème d'inceste classique ainsi que celles qui nient avoir commis le délit dont elles sont accusées ne sont pas acceptées pour un traitement.

CHAPITRE 4

Les étapes de la vie





'enfance et l'adolescence sont des périodes déterminantes dans le devenir de la personne. C'est là que se forgent les diverses habiletés nécessaires à une vie harmonieuse en société. Il est donc très important de bien encadrer les jeunes et de leur procurer des conditions optimales d'épanouissement personnel, qu'elles soient sanitaires, sociales, psychologiques, économiques, etc.

Cette section énumère diverses ressources disponibles pour les jeunes et les intervenants du domaine de la jeunesse et ce, dans de multiples secteurs. Il faut noter que des ressources potentiellement utiles à la jeunesse apparaissent dans d'autres sections et chapitres du guide : alcoolisme et toxicomanie, tabagisme, vagabondage, famille, etc.

Santé

Confidentialité du dossier médical

Pour de plus amples renseignements concernant la confidentialité du dossier médical, veuillez vous référer au CHAPITRE 14 - «LA SANTÉ ET VOS DROITS».

Vaccination

Les CLSC peuvent répondre aux diverses questions concernant la vaccination : les types de vaccins, le calendrier de vaccination, etc. Ce sont eux, également, qui s'en occupent.

Aide aux enfants malades

Fondation canadienne Rêves d'enfants

Division Québec Ouest

4220, boulevard Saint-Laurent Montréal (Québec) H2W 2R2

Division Québec Est

925, rue Newton Bureau 211 Québec (Québec) G1P 4M2





Services offerts

Suite à la réception des demandes provenant de jeunes dont la vie est menacée par la maladie, la Fondation effectue les arrangements nécessaires à la satisfaction du rêve de l'enfant. Les rêves sont uniques, tout autant que les enfants qui les font. Il peut s'agir d'un voyage à Disneyworld comme d'une rencontre avec une idole ou même d'une visite à une grand-mère qu'on ne voit pas souvent.

Conditions exigées

- Les parents ou tuteurs légaux donnent leur consentement.
- Le médecin traitant signe une attestation médicale.
- L'enfant est âgé de moins de 18 ans au moment de la réception de la demande.

♦ Fondation Starlight Canada

5780, avenue Decelles Bureau 330 Montréal (Québec) H3S 2C7



Services offerts

- Satisfaction des rêves de jeunes atteints de maladies graves, chroniques ou en phase terminale : achat d'ordinateurs, voyages, rencontre avec une célébrité, etc.
- Divertissements pour les jeunes patients hospitalisés : fêtes, jeux vidéo, etc.

Conditions d'admissibilité

- Être âgé de 4 à 18 ans.
- Ne pas avoir déjà profité de la réalisation d'un voeu par un autre organisme.

La vie de tous les jours

Services d'écoute

Tel-Jeunes



Services offerts

Tel-Jeunes, mis sur pied par l'association sans but lucratif GÉNÉRATIONS, offre les services suivants :

- centre d'intervention téléphonique pour les jeunes de 5 à 20 ans ;
- service gratuit et confidentiel, de midi à minuit tous les jours ;
- une équipe d'intervenants professionnels rémunérés, à qui on peut parler de tout : solitude, peines d'amour, difficultés scolaires, questions touchant la sexualité, etc.

◆ Jeunesse j'écoute / Kids Help Phone C.P. 513

2, rue Bloor Ouest, bureau 100 Toronto (Ontario) M4W 3E2



Services offerts

- Ligne d'écoute bilingue, disponible tous les jours à toute heure.
- Services anonymes et confidentiels de consultation, d'information et de référence sur de nombreux sujets : abus physiques, sexuels et émotionnels, solitude, dépression, problèmes familiaux et scolaires, sexualité, grossesse, toxicomanie, délinquance, séparation ou divorce, idées suicidaires, etc.
- Base de données informatiques sur les services à la jeunesse.
- Conseillers professionnels avec formation en : protection de l'enfance, santé mentale chez les jeunes, intervention de crise, etc.

Centres de prévention du suicide

Les lignes d'écoute des centres de prévention du suicide peuvent être très utiles si on vit une crise et qu'on a besoin d'une oreille attentive. La liste des centres de prévention du suicide apparaît à la section «LE SUICIDE» du CHAPITRE 3.

Services psychosociaux

 Association des Centres jeunesse du Québec

> 2000, rue Mansfield Bureau 1100 Montréal (Québec) H3A 2Z1



Objectif

Les établissements publics qui ont la mission de fournir des services psychosociaux et de réadaptation aux jeunes, aux mères en difficulté ainsi qu'aux familles de ces personnes (63 dans l'ensemble du Québec qui emploient près de 8000 intervenants) sont réunis, dans chaque région du Québec, en un regroupement appelé «Les Centres jeunesse». Ce regroupement a pour but d'améliorer les services fournis aux jeunes, aux mères et aux familles en favorisant une concertation plus étroite entre les intervenants et une meilleure continuité des services.

Services offerts

Les Centres jeunesse regroupent 63 établissements dans l'ensemble du Québec, qui emploient près de 8000 intervenants. Ces établissements sont :

- les Centres de protection de l'enfance et de la jeunesse, qui offrent les services suivants :
 - protection de la jeunesse ;
 - aide aux jeunes contrevenants;
 - recrutement, formation et supervision des familles d'accueil pour enfants ;
 - placement d'enfants et suivi en milieu substitut ;
 - · médiation familiale;
 - expertise auprès de la cour supérieure sur la garde d'enfants ;
 - la recherche d'antécédents biologiques ;
- les Centres de réadaptation pour jeunes en difficulté d'adaptation et les Centres de réadaptation pour mères en difficulté d'adaptation, qui offrent les services suivants :
 - réadaptation et intégration sociale, pour permettre à un jeune ou une jeune mère de reprendre en main son propre épanouissement et de rétablir une certaine harmonie dans ses relations avec son entourage et avec la société;
 - · accompagnement et soutien à l'entourage.

Centres jeunesse

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 723-1255 Télécopieur : (418) 722-0620

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 549-4853 Télécopieur: (418) 693-0768

Québec

Québec

Téléphone : (418) 529-2571 Télécopieur : (418) 529-1704

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 378-5481 Télécopieur: (819) 378-6857

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 564-7100 Télécopieur: (819) 564-7109

Montréal

Les centres jeunesse de Montréal

Téléphone: (514) 593-3979 Télécopieur: (514) 593-3982 Les centres de la jeunesse et de la famille Batshaw

Téléphone : (514) 989-1885 Télécopieur: (514) 989-2295

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 771-6631 Télécopieur: (819) 771 8221

Abitibi-Témiscamingue

Val d'Or

Téléphone : (819) 825-0002 Télécopieur: (819) 825-8579

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone : (418) 589-9927 Télécopieur: (418) 589-3145



Au Québec



Centres jeunesse (suite)

Nord-du-Québec

Chissassibi

CSS Cri

Téléphone : (819) 855-2844 Télécopieur: (819) 855-2867

Kuujjuak CSS Ungava

Téléphone : (819) 964-2905 Télécopieur: (819) 963-2666

Povungnituk
CSS Baie d'Husdon

Téléphone : (819) 988-2957 Télécopieur: (819) 988-2796

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Téléphone : (418) 368-1803 Télécopieur: (418) 368-5406

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone : (418) 837-9331 Télécopieur: (418) 835-6166

Laval

Téléphone : (514) 382-1110 Télécopieur: (514) 667-0612

Lanaudière

Joliette

Téléphone : (514) 756-4555 Télécopieur: (514) 756-0814

Laurentides

Blainville

Téléphone : (514) 430-9250 Télécopieur: (514) 430-9259

Montérégie

Longueuil

Téléphone : (514) 679-0140 Télécopieur: (514) 679-3731

Organismes communautaires jeunesse

 Regroupement des organismes communautaires autonomes du Québec (ROCAJQ)

420, rue Saint-Paul Est, 3e étage Montréal (Québec) H2Y 1H4



Téléphone : (514) 843-7942

Services offerts

Les 26 organismes membres du ROCAJQ travaillent, chacun à sa façon, sur les multiples réalités socio-économiques et culturelles qui touchent les jeunes : création artistique, loisirs, travail, etc.

Au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Café-jeunesse de Chicoutimi Téléphone: (418) 696-2871

Laterrière

Centre du Lac Pouce

Téléphone: (418) 678-2455

Québec

Clermont

Groupe action jeunesse de Charlevoix inc.

Téléphone: (418) 439-3173

Projet Intervention-prostitution de Québec (PIP)

Téléphone: (418) 641-0168

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Le refuge la Piaule du Centre du Québec

Téléphone: (819) 474-2484

Estrie

Mansonville

Parrainage civique de l'Estrie Téléphone : (514) 292-3114

Au Québec



ROCAJQ (suite)

Montréal

Projet d'intervention auprès des mineurs-es prostitués-es

Téléphone : (514) 527-1267 ou 527-1268 (en après-midi)

Oxy-jeunes

Téléphone : (514) 849-5297 Bureau de consultation

jeunesse inc.

Téléphone: (514) 844-1737

Centre le Beau Voyage

Téléphone: (514) 523-5852

Head and hands clinic (clientèle

anglophone et de diverses communautés culturelles) Téléphone : (514) 481-0277

Projet 80

Téléphone: (514) 525-4233

D-Trois-Pierres (Pierrefonds)

Téléphone: (514) 620-7754

Centre communautaire jeunesse

Saint-Léonard

Téléphone: (514) 721-2591

Centre des jeunes Saint-Sulpice Téléphone: (514) 383-0282

Carrefour communautaire de Rosemont l'Entre-Gens

Téléphone: (514) 722-1851 Projet d'action communautaire en travail de rue (PACT de rue)

Téléphone : (514) 278-9181 *La Piaule, local des jeunes* Téléphone : (514) 276-8482

Outaouais

Papineauville

Prévention C.E.S.A.R. Inc. Téléphone: (819) 427-8607

Hull

Avenue des jeunes

Téléphone: (819) 778-0634

Côte-Nord

Baie-Comeau

Café des jeunes de Baie-Comeau

Téléphone: (418) 296-8398

Comité Gendron

Téléphone : (418) 589-4697 Chute-aux-Outardes

Table de concertation jeunesse de Chute-aux-Outardes inc.

Téléphone: (418) 567-2461

Chaudière-Appalaches

Thetford Mines

Réseaux d'entraide Amiante Téléphone: (418) 338-2024

Saint-Georges-Est

Centre de ressources l'Escalier

Téléphone: (418) 227-5000

Montérégie

Carrefour jeunesse Longueuil Téléphone: (514) 677-4741

 Le Regroupement des Maisons des jeunes du Québec

3958, rue Dandurand Montréal (Québec) H1X 1P7



Téléphone : (514) 725-2686

Sécurité

Parents-Secours du Québec inc.

140, rue Dussault Cap-de-la-Madeleine (Québec) G8T 6B6



Teléphone : (819) 374-5541

Sans frais : 1 800 588-8173 Télécopieur: (819) 374-8173

Services offerts

• L'élément essentiel du programme est une affiche-fenêtre rouge et blanche montrant un jeune donnant la main à un adulte. Cette affiche, mise en évidence dans une fenêtre à l'avant d'une maison ou d'un logement, indique à l'enfant ou à l'aîné que de l'aide lui sera prodiguée immédiatement par une personne dévouée.

u tout-petit à l'adolescent

- Les bénévoles aident à la sécurité du quartier en signalant à la police toute activité suspecte.
- La visite des maternelles, des jardins d'enfants et des écoles permet d'informer les jeunes sur les dangers potentiels de la rue, sur la sécurité et sur le programme lui-même.

Conditions d'admissibilité

Chaque adulte voulant oeuvrer au sein de **Parents-Secours** doit se soumettre à une enquête judiciaire avant d'être accepté. Des policiers-ressources filtrent les candidatures de tous les bénévoles afin que chaque foyer-refuge soit tenu par des citoyens irréprochables.

Comités locaux

Il en existe environ 200 dans le Québec. Pour connaître l'adresse de celui de votre voisinage, veuillez vous référer à l'annuaire téléphonique.

♦ Le Réseau Enfants Retour Canada

231, rue Saint-Jacques Bureau 406 Montréal (Québec) H2Y 1M6



Services offerts

Le Réseau offre les services bilingues suivants :

- recherche : en cas de fugue ou d'enlèvement
 - réseau national et international en collaboration aves des corps policiers, des agences gouvernementales et d'autres organismes ;
 - assistance et conseil techniques;
 - recommandations de professionnels ;
 - centre de documentation;
- distribution de photos
 - distribution nationale et internationale d'affiches et de dépliants ;
 - contacts locaux, nationaux et internationaux pour une couverture médiatique de dossiers d'enfants portés disparus et pour une sensibilisation du grand public face au problème;
 - réseaux d'information par ordinateur ;
 - photographies d'identité par ordinateur ;

Uu tout-petit à l'adolescent

- soutien et service de référence
 - information concernant l'application de la loi et l'intervention des agences gouvernementales ;
 - références concernant le soutien en consultation ou en thérapie ;
 - conférences d'information;
- éducation / prévention
 - ateliers de prévention pour les parents et les agences gouvernementales ;
 - documentation en prévention et éducation ;
 - clinique d'identification par vidéo et passeport ;
 - centre de documentation;
 - conférences et publicité dans les médias.

Éducation

Troubles d'apprentissage

On estime que 10 % de la population canadienne est touchée par des troubles d'apprentissage (plus de 600 000 personnes au Québec). Ils se manifestent par des retards dans le développement ou des difficultés au niveau de : l'attention, la mémoire, le raisonnement, la coordination, la communication, la lecture, l'écriture, l'orthographe, le calcul, la sociabilité et la maturité affective. L'hyperactivité et la dyslexie sont des exemples bien connus.

 Association québécoise pour les troubles d'apprentissage (AQETA)

284, rue Notre-Dame Ouest Bureau 300 Montréal (Québec) H2Y 1T7



Services offerts

- Diffusion d'information publique sur les besoins des personnes ayant un trouble d'apprentissage.
- Écoute attentive des personnes et référence vers les ressources appropriées.
- Congrès annuel qui constitue un lieu privilégié d'échange et de formation.
- Centre de documentation spécialisée.
- Bulletin «Rendez-vous» ainsi que la publication «National» de l'Association canadienne des troubles d'apprentissage.

u tout-petit à l'adolescent

Bénévolat auprès des jeunes

 Association des Grands Frères et Grandes Soeurs du Québec
 2300, boulevard René-Lévesque Ouest Montréal (Québec) H3H 2R5



Services offerts

L'organisme fonctionne en jumelant un jeune, privé d'un parent, à un adulte sérieusement sélectionné. Cet adulte s'engage à consacrer à l'enfant quelques heures d'attention chaque semaine. En plus d'apporter à un enfant l'équilibre nécessaire à son épanouissement, la présence amicale et compréhensive du Grand Frère ou de la Grande Soeur s'avère des plus utile au plan de la prévention de la délinquance. L'agence locale de l'Association accueille les bénévoles et leur donne un encadrement sur mesure.

 Les Associés Bénévoles au Service des Jeunes
 7400, boulevard Saint-Laurent Bureau 514
 Montréal (Québec) H2R 2Y1



Services offerts

- Démarche de formation : s'étendant sur 2 ans, elle comprend un volet «formation» et un volet «apprentissage pratique», le tout suivi d'une attestation.
- Programme de perfectionnement : il comporte un volet «formation continue» et un volet «conférences», lesquelles sont données par des spécialistes et ouvertes au public.
- Formation en encadrement : bénévoles-ressources, bénévoles-clés, animateurs, responsables des milieux de bénévolat.

Capsule juridique

La violence faite aux enfants

Veuillez vous référer à la section «LA VIOLENCE ENVERS LES ENFANTS» du CHAPITRE 3.

Les adolescents agresseurs

C'est la Loi sur les jeunes contrevenants qui s'applique aux adolescents agresseurs qui sont âgés entre 12 et 18 ans.

C'est le tribunal pour adolescents qui entend ces causes.

u tout-petit à l'adolescent

Les droits des adolescents et de leurs parents

Les parents doivent être avertis le plus rapidement possible de l'arrestation de leur enfant, par écrit ou verbalement.

L'adolescent a le droit d'avoir accès aux services d'un avocat le plus rapidement possible.

Quelle est la peine ou la sentence qu'un adolescent peut recevoir ?

Les peines peuvent aller de la libération conditionnelle, à l'amendè de 1 000 \$, le versement d'une somme au profit d'une autre personne, la restitution des biens au propriétaire de ceux-ci, le remboursement d'une somme d'argent, exécuter des services, être détenu dans un hôpital pour y subir des traitements, être en probation pour une période maximale de 2 ans, être détenu dans un établissement de détention pour une période maximale de 3 ans (si dans un cas semblable une personne de 18 ans avait eu comme peine, l'emprisonnement à vie selon le Code criminel), et finalement l'imposition de toutes autres mesures que le juge considère appropriées.

Dans certains cas graves, l'adolescent peut être jugé par un tribunal pour adultes :

Dans certains cas où l'adolescent a commis un acte criminel grave et qu'il a atteint l'âge de 14 ans, le procureur général peut demander qu'il soit jugé au tribunal normalement compétent pour les adultes et selon les règles habituelles du Code criminel.

Il peut alors se voir imposer des peines beaucoup plus lourdes, et même un emprisonnement à vie.

Ressource spécialisée

◆ Association des Avocats et Avocates en Droit de la Jeunesse

Maison du Barreau 445, boulevard Saint-Laurent Montréal (Québec) H2Y 3T8



Services offerts

- L'Association peut vous mettre en contact avec des avocats spécialistes ayant au moins 2 ans d'expérience dans le milieu de la protection de la jeunesse, des jeunes contrevenants et de l'adoption.
- Tous les avocats de l'Association participent au régime d'aide juridique du Québec.
- Service de garde quotidien : deux avocats sont présents au local 105 de la cour du Québec, Chambre de la Jeunesse (située au 410, rue Bellechasse Est à Montréal) afin de rencontrer ou même représenter toute personne ayant besoin des services d'un avocat dans le domaine de la jeunesse.



es quelques statistiques suivantes peuvent aider à situer la condition féminine dans la société québécoise actuelle.

- Les femmes constituent 50,74 % de la population québécoise (Statistique Canada au 1/7/94).
- En 1991, il y avait 270 000 familles mono-parentales dont 82 % dirigées par des femmes. Parmi celles-ci, 6 sur 10 vivent dans la pauvreté, alors qu'une famille biparentale sur 10 vit dans la pauvreté.
- · Soixante-sept pour cent des personnes payées au salaire minimum sont des femmes.
- On estime à 300 000 par année le nombre de femmes victimes de violence conjugale au Québec.

D'après un sondage effectué en 1993, 84,5 % de la population appuierait le mouvement des femmes, ce qui est très encourageant et montre à quel point la grande majorité de la population souhaite que la femme occupe entièrement sa place dans la société.

Informations générales
sur la condition féminine
Le Conseil du Statut de la femme (CSF)
Direction des bureaux régionaux
8, rue Cook
3e étage
Québec (Québec) G1R 5J7



Le Conseil du Statut de la femme est un organisme provincial gouvernemental qui informe le gouvernement sur toutes les questions touchant à la condition féminine. Grâce à ses bureaux régionaux, cet organisme peut vous orienter vers les ressources existant dans votre région, tant en ce qui concerne les questions de santé féminine (prévention, soins) qu'en ce qui concerne les services d'entraide pour les femmes en difficulté (violence conjugale, détresse psychologique, hébergement).

Le Conseil du statut de la femme peut aussi fournir, gratuitement, toute une gamme de publications relatives à la condition féminine au Québec et publie depuis 15 ans «La Gazette des femmes» à laquelle vous pouvez vous abonner par téléphone.

Renseignements

Grand Montréal





Bureaux régionaux du CSF

Ailleurs au Québec



Conseil du Statut de la femme

Bas-Saint-Laurent Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Rimouski

Téléphone : (418) 727-3645 Télécopieur: (418) 727-3657

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 698-3610 Télécopieur: (418) 698-3522

Québec

Chaudière-Appalaches

Québec

Téléphone: (418) 643-4291 et sans frais 1 800 463-2851 Télécopieur: (418) 643-8926

Mauricie - Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 371-6514 Télécopieur: (819) 371-6999

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 820-3844 Télécopieur: (819) 823-9242

Montréal

Téléphone: (514) 873-8671

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 772-3022 Télécopieur: (819) 772-3981

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn

Téléphone : (819) 797-2441 Télécopieur: (819) 762-1533

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone : (418) 295-4014 Télécopieur: (418) 295-4008

Laval - Lanaudière Laurentides

Laval

Téléphone : (514) 967-1737 Télécopieur: (514) 629-0047

Montérégie

Longueuil

Téléphone : (514) 928-7641 Télécopieur: (514) 928-7591

Note: Votre CLSC est aussi en mesure de vous orienter et de vous aider, quel que soit votre problème.

Si vous ne savez pas de quel CLSC vous dépendez, contactez la Fédération des CLSC.



Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

Santé

Tout ce qui concerne la contraception, la grossesse, l'avortement (I.V.G. : interruption volontaire de grossesse), l'accouchement ou l'allaitement est traité à la rubrique FAMILLE - Planning familial de ce chapitre.

Nous parlerons, dans cette rubrique, des femmes et de leur santé, des cancers féminins et des ressources offertes aux femmes atteintes, ainsi que de la ménopause.

Votre gynécologue, votre hôpital ou votre CLSC sont, bien sûr, en mesure de vous fournir toutes informations et références.

u féminin...

Cependant, vous pouvez être intéressées à utiliser les services des Centres de santé des femmes. Ils partagent et pratiquent une même approche d'intervention qui est alternative, globale, collective, féministe et autogérée. Dans ces Centres, les femmes ont accès à l'information qui leur permet de prendre des décisions quant aux choix qu'elles doivent faire, face à leur santé, ainsi qu'aux services qu'elles estiment être en mesure de recevoir.

Renseignements

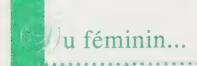
Le Regroupement des Centres de santé des femmes 4332A, rue Saint-Denis Montréal (Québec) H2J 2K8



Ces Centres (au nombre de 4) offrent pratiquement les mêmes ressources :

- écoute téléphonique, accueil et référence ;
- programme d'information et d'animation en auto-santé (sexualité, ménopause, contraception, MTS, ateliers d'échange et groupes d'entraide en santé mentale);
- service de documentation sur la santé des femmes (avec prêt);
- clinique gynécologique pour adolescentes ;
- · clinique gynécologique (examen annuel, dépistage de MTS, pose de stérilet, mesure de diaphragme);
- clinique d'avortement (I. V. G. : interruption volontaire de grossesse) ;
- service de thérapie (stagiaires en psychologie).
- Le Centre de santé des femmes de la Mauricie Trois-Rivières (Québec) G9A 4C7
 - 1700, rue Saint-Olivier (coin St-Roch)
- Le Centre de santé des femmes de Montréal 16, boulevard Saint-Joseph Est Montréal (Québec) H2T 1G8
- La Clinique des femmes de l'Outaouais ou CIASO 44. Jeanne d'Arc Hull (Québec) J8Y 2H2

- Téléphone : (819) 378-1661 Télécopieur: (819) 373-9076
- Téléphone : (514) 842-8903 (accueil et référence)
- Téléphone : (514) 842-8096 (ligne avortement)
- Tétéphone : (819) 778-2055 Telecopieur: (819) 778-3470



 Le Centre de santé des femmes de Sherbrooke

151, rue King Ouest, app. 3 Sherbrooke (Québec) J1H 1P4



Les cancers féminins

Les cancers féminins les plus fréquents sont le cancer du sein, du poumon et du col de l'utérus.

Le cancer du sein

Au Québec, en 1995, on estime à 4 000 les nouveaux cas de cancer du sein et l'on peut prévoir que cette maladie causera environ 1 450 décès.

La prévention, grâce à l'examen régulier, reste la meilleure approche pour préserver la santé de ses seins :

- La mammographie (type de rayons X) devrait être effectuée tous les 2 ans entre 50 et 69 ans. Les femmes de moins de 50 ans devraient en discuter avec leur médecin, en fonction de leur taux de risque.
- L'examen devrait être fait par un professionnel de la santé tous les deux ans.
- L'auto-examen des seins (A.E.S.) : si vous n'êtes pas certaine de savoir faire cet auto-examen, demandez à la section locale de la Société canadienne du cancer (coordonnées au *CHAPITRE 1 CANCER*) des renseignements et des brochures sur l' A.E.S (votre médecin et votre **CLSC** ont aussi toutes les brochures nécessaires).

Sachez que 85 % des tumeurs au sein sont bénignes (non cancéreuses). Cependant, toute modification suspecte doit être signalée à votre médecin.

Si la «modification» est vraiment un cancer...

Si le diagnostic est précoce et le traitement appliqué sans délai, les chances de guérison sont excellentes. Différents traitements sont possibles, mais c'est vous et votre médecin qui déciderez de la méthode appropriée.

Programmes de soutien et d'information aux femmes atteintes du cancer du sein

- Par la Société canadienne du cancer (coordonnées au CHAPITRE 1 CANCER):
 Programme «Toujours femme» (soutien émotionnel, écoute, information) offert dans toutes les divisions de la Société canadienne du cancer par des bénévoles qui ont été atteintes du cancer du sein et ont suivi un programme complet de formation de conseillères.
- Par les régies régionales de la santé et des services sociaux qui offrent des groupes de soutien et de prévention (consulter la Régie Régionale de votre secteur).



 Par le Groupe Action cancer du sein de Montréal (ACSM)
 5890, avenue Monkland Bureau 203
 Montréal (Ouébec) H4A 1G2



Objectifs

- · Compréhension.
- · Soutien.
- Création de liens entre les femmes atteintes afin qu'elles puissent partager leurs ressources.

Services offerts

- Information sur la prévention, les traitements (avantages et risques).
- État de la recherche.

Le cancer du poumon

Bien que ce type de cancer soit traité au *CHAPITRE 1 - CANCER*, nous le citons à cette rubrique, étant donné l'ampleur qu'il a pris depuis quelques années. En effet, en 1994, le cancer du poumon chez la femme a causé autant de décès (environ 5000) que le cancer du sein.

Prévention : ne pas fumer. (Ce type de cancer est en grande partie évitable).

Pour renseignements et ressources, voir la Société canadienne du cancer et ses divisions au Québec (*CHAPITRE 1 - CANCER*).

Le cancer du col de l'utérus

Autrefois, ce cancer figurait parmi les plus meurtriers chez les Canadiennes. De nos jours, la baisse importante du taux de mortalité est en grande partie attribuable au diagnostic et au traitement précoces, grâce au test Pap (ou cytologie vaginale).

Le test Pap doit être fait régulièrement (annuellement jusqu'à 35 ans, ensuite, environ tous les 3 ans jusqu'à 69 ans). Le médecin prélève quelques cellules à la surface du col de l'utérus pour les examiner au microscope. Cet examen permet d'identifier les cellules «suspectes». Les tissus précancéreux peuvent alors être enlevés grâce à une opération mineure, avant qu'ils ne deviennent cancéreux. Même s'il y a un début de cancer, le traitement à ce stade précoce amène presque toujours une guérison.



Programme d'information et de soutien de la Société canadienne du cancer

Le programme «Surmonter le cancer» tente d'apporter aux personnes atteintes et à leurs proches, soutien, réconfort et espoir.

Contacter votre division régionale de la Société canadienne du cancer (voir les coordonnées au CHAPITRE 1 - CANCER).

La ménopause

La ménopause est un phénomène biologique désignant la fin de la fonction menstruelle, qui se produit généralement, graduellement, vers 45 ans.

L'espérance de vie des femmes, au vingtième siècle, étant passée de 45 à 78 ans, les chercheurs en sont venus à se demander s'il était bon pour une femme de vivre trente ans en carence d'oestrogène; d'où l'importance croissante de l'hormonothérapie.

Cette période est donc pour la femme un temps de décisions importantes qui demande qu'elle soit bien informée afin de faire des choix judicieux concernant sa santé et sa qualité de vie.

Seriez-vous en période de ménopause ?

Un grand nombre de médecins recommandent aux femmes d'établir un dossier de leurs menstruations. Toutes modifications dans votre cycle menstruel (irrégularités dans les dates et l'hémorragie, bouffées de chaleur, insomnie ou instabilité), doivent être rapportées à votre médecin. Il existe des moyens de soulager les symptômes incommodants de la ménopause : l'oestrogénothérapie substitutive (O.T.S.), c'est-à-dire le remplacement des oestrogènes que les ovaires ne fabriquent plus par des médicaments à base d'oestrogènes.

Le bulletin spécial «*Une véritable amie*», publié 10 mois par année, aborde, dans chacun de ses numéros, les différentes problématiques de la femme en ménopause.

Ex.: • En ménopause dans les années 1990.

- Ménopause et hormonothérapie.
- · Les fameuses bouffées de chaleur.
- Au mitan de la vie, etc.

Contactez:

 Les publications Une véritable amie Inc. C.P. 515, succursale Place du Parc Montréal (Québec) H2W 2P1

L'ostéoporose

C'est une maladie provoquée par une perte de calcium dans les os qui deviennent alors poreux et fragiles. A 80 ans, une femme moyenne a perdu 47 % de sa masse osseuse, alors que chez l'homme, cette perte est de 14 %. La carence en oestrogènes après la ménopause est une des causes de l'ostéoporose. C'est pourquoi de nombreux médecins recommandent l'oestrogénothérapie (voir chapitre I - Ostéoporose).

Informations et ressources

Un grand nombre de brochures existent sur la ménopause et l'ostéoporose; vous pouvez les trouver chez votre médecin, dans votre CLSC, votre hôpital, les Centres de santé des femmes. Vous pouvez aussi obtenir de l'information à:

- La Fondation ménopause/ostéoporose 2170, avenue Lincoln, bureau 201 Montréal (Québec) H3H 2N5
- Téléphone : (514) 935-3726
- Fondation ménopause/ostéoporose
 Université du Québec à Trois-Rivières
 C.P. 500
 Trois-Rivières (Québec) G9A 5H7

Téléphone : (819) 376-5085

La vie de tous les jours

L'R des centres de femmes du Québec
 4230, rue St-Denis
 Montréal (Québec) H2J 2K8



En juin 1985, L'R des centres de femmes du Québec naît du regroupement de plus de 80 centres de femmes. Le champ d'action de ces centres est la condition féminine sous tous ses aspects et ils forment un vaste réseau d'entraide et d'action. Le financement de L'R provient principalement du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, du Programme Promotion de la Femme du Canada et du ministère de l'Éducation du Québec.

Objectifs

- Développer et soutenir le réseau des centres de femmes.
- Promouvoir la justice sociale, l'autonomie, l'égalité en droit et l'équité pour les femmes.
- · Obtenir un financement gouvernemental approprié.

Services et activités

- · Accueil et références.
- Écoute téléphonique.
- · Consultation individuelle.
- Documentation importante.
- Animation de groupes.
- · Haltes-garderies.



- · Nombreux cours et ateliers sur la sexualité, l'économie, les droits des femmes.
- · Cafés-rencontres, groupes d'échange, ateliers d'écriture, création collective.

Actions collectives

- Journée internationale des femmes, le 8 mars.
- Développement régional.
- Organisation d'événements locaux.
- Actions de pression.

Réseau des centres de femmes du Québec, membres de l'R

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Cabano

Téléphone: (418) 854-2399

Amqui

Téléphone: (418) 629-3496

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 867-2254

Lac-des-Aigles

Téléphone: (418) 779-2316

Trois-Pistoles

Téléphone: (418) 851-3178

Rimouski

Téléphone: (418) 723-0333

Matane

Téléphone: (418) 562-6443

Saguenay-Lac Saint-Jean

Dolbeau

Téléphone: (418) 276-8585

Alma

Téléphone: (418) 668-7698

Saint-Félicien

Téléphone: (418) 679-5403

Jonquière

Téléphone: (418) 547-3763

Québec

Centre des femmes de la Basse-Ville

Téléphone: (418) 648-9092

Centre-femmes d'Aujourd'hui

Téléphone : (418) 683-2548

Centre international des femmes

de Québec

Téléphone: (418) 688-5530

Baie-Saint-Paul

Téléphone: (418) 435-5752

Cap-à-l'Aigle

Téléphone: (418) 665-7459

Mauricie-Bois-Francs

Victoriaville

Téléphone: (819) 758-3384

Drummondville

Téléphone: (819) 477-5957

Louiseville

Téléphone: (819) 228-8421

Saint-Pierre-les-Becquets

Téléphone: (819) 263-2586

Shawinigan

Téléphone: (819) 537-4277

Nicolet

Téléphone: (819) 293-5958

Estrie

Lac-Mégantic

Téléphone: (819) 583-4575

Magog

Téléphone: (819) 868-0302

Lennoxville

Téléphone: (819) 564-6626

Windsor

Téléphone: (819) 845-7937

Weedon

Téléphone: (819) 877-3423

Sherbrooke

Téléphone: (819) 569-0140

Montréal-Centre

Plateau-Mont-Royal

Téléphone: (514) 527-2295

Saint-Léonard

Téléphone : (514) 722-6648 Centre communautaire des

femmes du Sud-Est asiatique

Jemmes au Sua-Est asianqu Tálánhana i (514) 942, 2220

Téléphone : (514) 842-2330 Centre des femmes d'ici

et d'ailleurs

Téléphone : (514) 495-7728

Centre Afrique au féminin

Téléphone: (514) 272-3274

Telephone . (314) 272-3274

Centro Donne

Téléphone: (514) 727-7430

Concertation-Femmes

Téléphone: (514) 336-3733

Rosemont

Téléphone : (514) 525-3138

Centre d'éducation et d'action de Montréal

Téléphone: (514) 524-5656

ou 524-3901

/u féminin...

Au Québec



L'R des centres de femmes du Québec (suite)

Info-Femmes

Téléphone: (514) 355-4529

Petite-Patrie

Téléphone: (514) 277-7445

La Marie Debout

Téléphone: (514) 597-2311

Madame prend congé

Téléphone: (514) 933-2507

Montréal-Nord

Téléphone: (514) 328-2055

ou 328-2056 Saint-Laurent

Téléphone: (514) 774-3513

Verdun

Téléphone : (514) 767-0384 **Rivière-des-Prairies**

Téléphone: (514) 648-1030

Anjou

Téléphone: (514) 351-7974

Outaouais

Buckingham

Téléphone: (819) 986-9713

Hull

Téléphone: (819) 778-0997

Abitibi-Témiscamingue

Ville-Marie

Téléphone: (819) 622-0111

La Sarre

Téléphone: (819) 333-9706

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 764-4714

Côte-Nord

Sacré-Coeur

Téléphone: (418) 236-9132

Sept-îles

Téléphone: (418) 968-2925

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 589-9366

Forestville

Téléphone: (418) 587-4204

Nord-Québec

Chibougamau

Téléphone: (418) 748-7171

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Téléphone: (418) 368-1929

ou 368-1468

Îles-de-la-Madeleine

Téléphone: (418) 986-4334

Bonaventure

Téléphone: (418) 534-4345

Carleton

Téléphone: (418) 364-3157

Chaudière-Appalaches

Saint-Flavien

Téléphone: (418) 728-4402

Thetford-Mines

Téléphone: (418) 338-5453

Saint-Jean-Port-Joli

Téléphone: (418) 598-9677

Saint-Georges-de-Beauce

Sum Georges de Beade

Téléphone: (418) 227-4037

Laval

Téléphone: (514) 629-1991

Lanaudière

Saint-Jean-de-Matha

Téléphone: (514) 886-9171

Saint-Louis-de-Terrebonne

Téléphone: (514) 471-2341

Saint-Gabriel-de-Brandon

Téléphone: (514) 835-3393

Saint-Michel-des-Saints

Téléphone: (514) 833-5282

Joliette

Téléphone: (514) 752-5005

Repentigny

Téléphone: (514) 654-9621

Laurentides

Lachute

Téléphone: (514) 562-5861

ou 562-7122

Saint-Eustache

Téléphone: (514) 472-7245

Bellefeuille

Téléphone : (514) 432-5642 Ville-des-Laurentides

Téléphone: (514) 439-6446

Montérégie

Saint-Rémi

Téléphone : (514) 454-7571 Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone: (514) 346-0662

Cowansville

Téléphone: (514) 263-1028

Saint-Bruno

Téléphone: (514) 441-1940

Valleyfield

Téléphone: (514) 371-1500

Granby

Téléphone: (514) 375-7937

Dorion

Téléphone: (514) 455-8720

Beloeil

Téléphone : (514) 467-3418

Saint-Télésphore

Téléphone: (514) 269-2837

La Prairie

Téléphone: (514) 444-3131



L'Association féminine d'éducation et d'action sociale (AFEAS)

AFEAS Siège social
 5999, rue de Marseille
 Montréal (Québec) H1N 1K6



C'est un organisme à but non lucratif, fondé en 1966, regroupant 23 000 femmes au Québec dans 500 groupes locaux répartis sur 16 secrétariats régionaux.

L'AFEAS est un corps intermédiaire de pression qui pilote d'importants dossiers pour l'avancement de la condition féminine, notamment :

- la reconnaissance du travail au foyer, la violence faite aux femmes ;
- l'aide juridique;
- les pensions alimentaires;
- · les droits économiques des conjoints ;
- les services de garde à l'enfance;
- la politique familiale.

Secrétariats régionaux

Au Québec

-	-			
Rac.	Sair	rf_Es	DIETO	nf.

Rimouski

Téléphone: (418) 723-7116

Saguenay-Lac Saint-Jean

Saint-Gédéon

Téléphone: (418) 345-8324

Ouébec

Saint-Rédempteur

Téléphone: (418) 836-5081

Mauricie-Bois-Francs

Saint-Léon

Téléphone: (819) 228-2578

Drummondville

Téléphone: (819) 474-6575

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 346-7186

Montréal

Pointe-aux-Trembles

Téléphone: (514) 645-7013

Outaouais

Gracefield

Téléphone: (819) 463-2946

Abitibi-Témiscamingue

Fabre

Téléphone: (819) 634-4551

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 589-6914

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 752-1999

Montérégie

Saint-Hyacinthe

Téléphone: (514) 773-7011

Carignan

Téléphone: (514) 658-5859

//u féminin...

 Le Centre des Femmes de Montréal 3585, rue Saint-Urbain Montréal (Québec) H2X 2N6



Services offerts

- Service de première ligne : service de base du Centre, qui fournit aux femmes des moyens concrets et des pistes de solution pour améliorer leurs conditions de vie :
 - lutte contre la pauvreté : dépannages vestimentaire et alimentaire ;
 - informations et références d'ordre juridique ;
 - intervention psychosociale et entraide;
 - éducation : Ateliers d'éducation populaire.
- Services aux femmes immigrantes et à leur famille : information, orientation, apprentissage de la langue française, activités sociales et culturelles. Collaboration avec d'autres organismes publics ou parapublics.
- Service « Option' Elle » : Service Externe de Main-d'Oeuvre (SEMO), subventionné par le ministère de la Sécurité du revenu pour aider les femmes prestataires de la Sécurité du revenu à intégrer le marché du travail, grâce à des ateliers de recherche d'emploi, des services d'orientation et un service de placement
- Service «Formation'Elle»: formation de femmes défavorisées sur le plan de l'emploi dans le but de les intégrer dans le secteur des emplois non traditionnels (en 1993, 75 % de succès à la fin du programme).

Hébergement / logement pour femmes en difficulté à faible ou très faible revenu.

En régions

Les Centres de femmes de votre secteur, votre CLSC, ainsi que votre régie régionale, sont en mesure de vous orienter vers les ressources en hébergement adaptées à votre cas.

Si vous ne savez pas de quel CLSC vous dépendez, vous pouvez contacter la Fédération des CLSC.



Téléphone : (514) 845-0151

Association d'entraide Le Chaînon Inc.

4373, avenue de l'Esplanade Montréal (Québec) H2W 1T2

Services offerts

- · Accueil de nuit gratuit avec souper et déjeuner.
- · Consultation sur demande.
- Séjour à court terme gratuit avec repas, vêtements, ainsi que relation d'aide, consultation et orientation dans les démarches de réorganisation.
- Unité de transition (séjour jusqu'à 8 mois) avec frais de participation proportionnels au revenu de la personne.

u féminin...

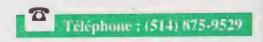
Les Maisons de l'Ancre Inc.

7930, boulevard Pie-IX Montréal (Québec) H1Z 3T3



Hébergement à moyen et à long terme en foyer d'hébergement, foyer de transition, appartements supervisés.

 Réseau hébergement femmes Montréal



Questions d'ordre juridique

- La commission des services juridiques du Ouébec
- Téléphone : (514) 873-3562
- Téléphone juridique (messages enregistrés): 1 900 451-6096, partout au Québec. Ce service d'information juridique vous signale les différentes rubriques pour lesquelles vous avez des recours juridiques possibles (logement, famille, consommation, etc.). Ce service téléphonique est maintenant payant, au tarif de 1,50 \$/minute (sur votre compte de téléphone).
 - «Réponse juridique» : 1 900 451-5026 partout au Québec.

Téléphone de personne à personne - Service offert par des avocats - Payant : 30 \$ sans limite de temps (sur votre compte de téléphone).

• Les CLSC et tous les Centres de femmes du Québec sont en mesure de vous fournir des informations et des références d'ordre juridique (voir liste des Centres de femmes).

Pour Montréal et sa région :

- Clinique d'aide juridique de McGill
 - Téléphone : (514) 398-6792
- ◆ Atelier d'Education populaire
 - Télephone : (514) 596-4477
- Aid and Hands
 - Téléphone : (514) 481-3643

- Clinique juridique Montréal-Nord
 - Téléphone ; (514) 329-5044
- Re-partir Rive-Sud
 - Téléphone : (514) 923-8274
- ◆ Inform'elle «Pour connaître vos droits» St-Hubert
 - Téléphone : (514) 443-8221

Note: Les problèmes juridiques consécutifs au divorce sont traités à la section «Famille» de ce chapitre.

u masculin

n assiste depuis quelques années à l'émergence de regroupements où les hommes peuvent exprimer leur vision de la vie et leur réalité. Ils peuvent ainsi nommer et parler de leurs émotions et de leurs sentiments, ce qui il y a quelques années encore, était considéré comme un peu suspect. L'homme devait avoir une carapace et ne rien laisser filtrer de son âme.

On se rend compte que les hommes vivent également intensément les coups durs que la vie réserve parfois : divorces, séparations, ruptures amoureuses, solitude, stress, etc. Ils veulent également vivre d'une manière différente les joies, petites et grandes : paternité, relations amoureuses, amitié, etc.

Il est donc important de promouvoir le genre d'organismes que nous décrivons dans cette section, afin de permettre aux émotions masculines de s'exprimer et d'éviter quelquefois qu'elles « *dérapent* » (ex. : violence).

Associations et organismes

Réseau Hommes Québec
 C. P. 62, succursale Beaubien
 Montréal (Québec)

Téléphone : (514) 282-0924

Le Réseau, fondé en 1992, coordonne et favorise la formation de groupes d'entraide masculins.

Ces groupes comprennent une dizaine d'hommes qui désirent partager leurs expériences de vie, leurs émotions et leurs sentiments. Lors des rencontres, chacun est libre d'exprimer ce qu'il désire et quand il le désire. Les seules obligations qu'ont les participants sont : d'écouter sans interrompre, de s'abstenir de tout jugement de valeur, de respecter la confidentialité des échanges et d'être présent au plus grand nombre de rencontres possibles.

Les bénévoles du Réseau présents dans différentes régions recueillent le nom des hommes intéressés et organisent une première rencontre d'information lorsque la liste de noms est suffisante. Des aides à la planification d'un nouveau groupe sont remises aux participants et, par la suite, les groupes formés demeurent en contact avec le réseau, dont ils reçoivent divers documents et outils d'animation ainsi qu'un journal bimensuel, distribué à tous les membres.

L'entraide pour hommes de Montréal
 C. P. 273, succursale Anjou
 Anjou (Québec) H1K 4G7



⁴u masculin

Objectifs

- Offrir aux hommes isolés suite à un divorce, une séparation, la perte d'un emploi ou toute autre difficulté, un réseau d'entraide et de soutien.
- Permettre aux hommes de s'épanouir en prenant conscience de leurs besoins.

Services offerts

- Rencontres d'accueil et d'échange en groupe, où les hommes peuvent s'exprimer sur leur vécu, sous la supervision de moniteurs formés en ce sens. Il y a trois de ces groupes sur l'île de Montréal (partie Est) et un à Beloeil.
- Équipes de croissance personnelle, où les hommes sont invités à créer des relations plus intimes et amicales avec leurs pairs.
- Écoute téléphonique, suivi et référence.
- Entraide pour les pères et les futurs pères.
- Groupe d'entraide Amorce, pour pédophiles (se référer à la section «LES PRO-BLÈMES SEXUELS» du CHAPITRE 2.)
- Groupe d'entraide aux pères et de soutien à l'enfant (ASHD) inc.
 1808, avenue Laurier Est Montréal (Québec) H2H 1B2



Objectifs

- · Regrouper les hommes qui vivent une séparation, un divorce ou une prise de décision.
- Permettre aux hommes de se situer face à leur nouvelle condition de vie, au moyen d'informations, de discussions et d'échanges concernant les expériences et les solutions des autres et ce, avec l'aide de personnes-ressources compétentes.
- Analyser les problèmes reliés au bien-être du père et de ses enfants.
- Favoriser la médiation et la conciliation entre les ex-conjoints afin de protéger et d'assurer le bien-être des enfants avant les procédures de cour.
- Développer un plus grand sens des responsabilités chez les pères séparés et encourager de meilleures relations entre les parents et leurs enfants.
- Sensibiliser le public aux problèmes vécus par les hommes séparés, divorcés et pères seuls.
- Procéder à une démarche de réflexion, d'analyse et d'action juridique pour le père par rapport à la garde des enfants : ses droits de regard sur l'éducation, la pension alimentaire et le respect de ses droits de père.
- Présenter des mémoires et des recommandations aux divers gouvernements pour faire valoir équitablement les droits des pères et de leurs enfants.



- Protéger les droits des hommes séparés, divorcés ou ex-conjoints de fait, et ceux de leurs enfants.
- Améliorer les relations entre ex-conjoints et créer un climat favorisant le bonheur affectif des enfants.

Services offerts

- · Réunions, une fois par semaine, avec des services juridiques et une conférence.
- Services juridiques : médiation, expertise psycho-légale, comment se préparer pour la cour, etc.
- Conférenciers : juges, avocats, notaires, policiers, psychologues, travailleurs sociaux, sexologues, etc.
- S.O.S. Paternité: animation de groupe.
- Info-écoute : ligne téléphonique pour hommes (entre 9h00 et 21h30).
- Périnatalité : animation pour les nouveaux pères.

Association des pères gais de Montréal

Téléphone 2 (5)4) 522-5031

C. P. 455, succursale C Montréal (Québec) H2L 4K4

Objectifs

Prenant en considération les obligations familiales assumées dans leur ancien état (ou dans celui qu'ils veulent quitter), les membres veulent poursuivre ensemble les objectifs suivants :

- s'aider mutuellement dans la prise en charge de leur vie gaie ;
- donner à chacun les moyens de se retrouver au sein du monde gai existant et de le vivre selon ses options propres ;
- favoriser une intégration de toutes les dimensions de la personnalité à la réflexion en groupe et aux activités de l'Association ;
- faire de l'Association un lieu de rendez-vous des préoccupations sociales les plus urgentes en participant à des mouvements plus vastes de promotion sociale de la vie gaie.

Services offerts

- Ligne téléphonique qui s'adresse à tous ceux qui sont en recherche sur leur vie gaie ou qui veulent se sortir d'une situation difficile sans avoir à dévoiler leur identité.
- Réunions de groupe une fois la semaine, où les gens peuvent réfléchir et échanger sur un thème choisi à l'avance.

u masculin

- Soutien individuel.
- Transit : s'adressant aux pères gais en transition, il s'agit de six rencontres animées par deux personnes, destinées à faire le point et à prendre des décisions éclairées.
- · Activités sociales, culturelles ou sportives.
- Association des Ressources Intervenant auprès des hommes violents inc. (ARIHV) 5225, rue Berri Bureau 301 Montréal (Québec) H2J 2S4

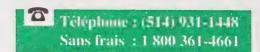


L'Association regroupe des organismes qui oeuvrent au niveau de la violence conjugale. Pour plus de renseignements, veuillez vous référer à la section «LA VIOLENCE CON-JUGALE» du CHAPITRE 3.

Autres ressources

Veuillez contacter votre CLSC pour connaître l'existence d'autres ressources pour hommes.

• Fédération des CLSC du Québec





Maintenant, les trois quart des femmes qui travaillent le font à temps plein. Les rôles des deux parents ont donc été redéfinis, notamment en ce qui concerne le soin et l'éducation des enfants : de plus en plus le père assume une partie de ces responsabilités alors que sa conjointe s'acquitte avec lui du rôle de pourvoyeur.

Les parents qui travaillent doivent confier leurs enfants à des tiers : garderies, garde en milieu familial ou scolaire, gardiennes autonomes ou personnes salariées qui gardent à domicile.

Le phénomène des couples où les deux conjoints travaillent est fait pour durer. Il pourrait être avantageux pour tous (les employeurs, les travailleuses et travailleurs, et les enfants) de développer des initiatives en matière d'organisation du travail qui permettraient de mieux concilier vie familiale et vie professionnelle : travail à temps partiel et partagé, horaires variables, services de garde en milieu de travail, etc.

Le stress découlant de la difficile harmonisation des vies familiale et professionnelle est bien sûr ressenti au travail, sans compter les absences parfois nécessaires pour s'occuper d'un enfant malade que la garderie ne peut pas accueillir ou encore pour remplacer une gardienne qui démissionne sans préavis.

Selon un sondage, 2 répondants sur 5 estiment que les exigences reliées au travail créent des difficultés considérables pour l'équilibre familial. Les travailleurs ont donc besoin, pour assumer de façon satisfaisante leurs responsabilités, du soutien des employeurs et de la société.

Les extraits ci-dessus sont tirés de «Famille au coeur...», édité par le Bureau québécois de l'année internationale de la famille.

«Famille au coeur...» est réparti en 8 cahiers thématiques qui sont le résultat d'une consultation faite auprès d'experts sur les questions touchant la famille. Il s'agit de pistes de réflexion particulièrement pertinentes à la réalité d'aujourd'hui :

1. de la fiscalité

5. de l'enfance

2. du travail

6. d'aujourd'hui

3. de la loi

7. de l'école

4. du changement

8. de la parole

Renseignements

 Bureau québécois de l'année internationale de la famille 770, rue Sherbrooke Ouest 4e étage Montréal (Québec) H3A 1G1





Organismes de soutien à la famille

Les différents organismes décrits ici ont pour objectif de promouvoir des réflexions et des actions en faveur de la famille et ce, dans toutes les sphères de la société : gouvernement (mesures fiscales et financières spéciales), employeurs, syndicats, municipalités, environnement, éducation, santé et droit.

 ◆ La Fédération des Unions de familles 890, boulevard René-Lévesque Est F-208 Montréal (Québec) H2L 2L4



Objectifs

La Fédération (qui regroupe plus d'une centaine d'organismes-membres répartis dans toutes les régions du Québec) milite constamment pour le maintien et l'application concrète dans la vie des familles des principes fondamentaux suivants identifiés par le gouvernement québécois :

- privilégier la prévention ;
- favoriser la conciliation entre la famille et le travail ;
- soutenir financièrement les familles ;
- améliorer le milieu de vie des familles.

La Fédération publie la revue «Le Famillier»

 Le Regroupement inter-organismes pour une politique familiale au Québec (RIOPFQ).





Objectifs

- Regrouper les organismes familiaux et les groupes à intérêt familial (de nombreux CLSC font partie du Regroupement).
- Effectuer toute recherche concernant la famille.
- Informer ses membres et leur donner de la documentation.
- Agir auprès des pouvoirs publics et des médias pour promouvoir les intérêts des familles.

Le Regroupement, qui chapeaute 70 organismes au Québec, publie la revue «Pensons famille».

on famille

Le Carrefour des affaires familiales

Relevant du RIOPFQ, le Carrefour a pour mission de rejoindre toutes les personnes intéressées aux affaires familiales et de leur permettre de se réunir et d'échanger sur un thème donné. Ces réunions sont appelées «Satellites».

Si vous êtes intéressés à participer aux tables de discussion, dans un des domaines relatifs à la famille (travail, éducation, justice, habitation, santé et services sociaux, garderies, communautés culturelles, etc.), appelez ou écrivez au Carrefour, à l'adresse du **RIOPFQ**, à la page précédente.

 La Confédération des Organismes Familiaux du Québec (COFAQ)

4098, rue Saint-Hubert Montréal (Québec) H2L 4A8



Objectifs et services offerts

- Représentation des familles.
- Information, formation, concertation.
- Échange sur les diverses réalités familiales.
- Promotion des projets novateurs (tels Entraide Grands-Parents).
- Recherche et analyse, tant au niveau de la fiscalité, de la politique familiale, que de la situation de nos jeunes.
- De nombreux documents et mémoires sont disponibles.

La Confédération, qui regroupe près de 380 organismes, publie «L'INFO-COFAQ» et «L'INFO-CONTACT»

Fédération de la Famille de Québec
 1010, boulevard des Capucins, bureau 270
 Ouébec (Québec) G1J 3R8



Services

- Analyse et diffusion d'information touchant les familles québécoises.
- Organisation de colloques et d'activités spéciales touchant les familles.
- Service téléphonique d'information et d'orientation vers différentes ressources.

La Fédération regroupe une trentaine d'organismes dans la région de Québec et publie «L'Express de la Famille».



Organismes de soutien au couple

 L'Association des psychothérapeutes conjugaux et familiaux du Québec (APCFQ)

308 A, boulevard Cartier Ouest Laval (Québec) H7N 2J2

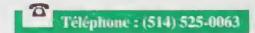


Les psychothérapeutes conjugaux et familiaux sont des professionnels possedant une formation universitaire avec une spécialisation en therapie conjugale et familiale. Lorsque des événements imprévisibles se produisent (maladie soudaine, mort, divorce, perte d'emploi), la famille ou le couple peuvent avoir besoin d'aide.

Pour rejoindre ces thérapeutes et prendre rendez-vous, vous pouvez communiquer avec l'Association ci-dessus, ou bien vous renseigner dans votre CLSC ou auprès d'autres professionnels de la santé.

♦ Famille Nouvelle

1150, boulevard Saint-Joseph Est, bureau 106 Montréal (Québec) H2J 1L4



Centre de thérapie individuelle, familiale et conjugale, Famille Nouvelle veut contribuer à la croissance de la cellule familiale et des personnes qui y vivent.

- Conseil de la famille du Québec
- Service d'orientation des foyers 4570, rue Adam Montréal (Québec) H1V 1V2





Organismes de soutien aux parents

Être parents n'est pas forcément facile! Lors de situations de conflits, certains peuvent rechercher aide et soutien pour améliorer la relation avec leurs enfants.

Bien sûr, votre CLSC est toujours en mesure de vous apporter ce soutien ou de vous orienter vers un autre organisme.

Renseignements

La Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661



Parents Anonymes

C'est un centre d'écoute téléphonique destiné aux parents en difficulté, couvrant tout le Québec et accessible en tout temps.



Parentraide

Voir téléphone ci-haut.

Objectif

Chapeauté par Parents Anonymes. Parentraide est un service gratuit dont l'objectif est la prévention de la violence familiale. Actuellement, il existe une trentaine de groupes Parentraide répartis à travers le Québec :

Montréal-Ahuntsic, Anjou, Chicoutimi, Chomedey (Laval), Gracefield, Hull, Jonquiere, La Sarre, Lachine, Longueuil, Magog, Mascouche, Montréal-Nord, Repentigny, Rimouski, Rosemont (Montréal), Rouyn-Noranda, Saint-Eustache, Saint-Henri (Montréal), Saint-Hyacinthe, Saint-Jean, Saint-Jérôme, Sainte-Julie, Saint-Laurent, Sherbrooke, Val d'Or, Vaudreuil, Verdun.

Les rencontres ont lieu une fois par semaine, toujours au même endroit et a la même heure. Une personne bénévole ayant une formation professionnelle, appelée personne-ressource, encadre chacune des rencontres. Le contenu des rencontres est amené par les parents. Aucun dossier n'est tenu sur les participants et leur famille.

Groupes Entre-Parents (méthode «Toughlove»)

Vous vivez des difficultés avec vos jeunes, vous les aimez et vous voulez qu'ils prennent leurs responsabilités.

La philosophie Toughlove repose sur un principe de base : quand la compréhension et l'indulgence échouent avec nos jeunes, c'est le temps de miser sur la fermeté et la discipline et «être ferme dans l'agir, tout en restant calme».

Entre-parents est un groupe d'entraide et de soutien (ligne téléphonique accessible en tout temps) avec des rencontres hebdomadaires.



Les groupes Entre-Parents



Québec

Téléphone: (418) 523-0472

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Téléphone: (819) 477-4751

ou 478-4398

Montréal

Téléphone: (514) 270-8780

Laurentides

Lachute

Téléphone : (514) 533-6520 ou 437-2611 ou 270-8780

Laurentides

Téléphone: (514) 437-6701

Montérégie

Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone: (514) 348-8677

ou 347-5247 **Granby**

Téléphone: (514) 375-2280

Éducation Coup-de-fil

1130, boulevard Saint-Joseph Est Montréal (Québec) H2J 1L4

Téléphone :

Teléphone : (514) 525-2573

Services offerts

- Service téléphonique de consultation professionnelle pour tous les membres de la famille. Une intervenante possédant une formation professionnelle vous répond. Si nécessaire, un suivi vous est offert par la même intervenante. Ce service est anonyme, confidentiel et gratuit.
- Éducation Coup-de-fil organise aussi un atelier pour parents séparés ou divorcés appelé «L'après-séparation et le vécu parents / enfants».

Il s'agit d'une session de vingt heures, divisée en 8 rencontres hebdomadaires, portant sur le développement de moyens pratiques que les parents pourront appliquer pour aider leurs enfants et eux-mêmes durant cette période de transition.

L'adoption

 Le Secrétariat à l'adoption internationale 3700, rue Berri Montréal (Québec) H2L 4G9



Le Secrétariat à la famille (pour l'adoption d'un enfant né au Québec) 875, avenue Grande-Allée Est Québec (Québec) G1R 4Y8



n famille

Mouvement Retrouvailles

Renseignements

Québec

Outre-mer





Objectifs

Aider les gens à retrouver leur parent biologique ou l'enfant confié jadis en adoption. Le **Mouvement Retrouvailles**, organisme d'intervention communautaire, oeuvre auprès des adoptés, des non-adoptés, des parents naturels ou adoptifs.

Le secrétariat provincial du Mouvement Retrouvailles possède une banque de données d'environ 11 000 inscriptions de personnes à la recherche d'un parent ou d'un enfant confié en adoption. Ces demandes proviennent de toutes les régions du Québec, du Canada, des Etats-Unis et de la France. Par exemple, un adopté de Montréal peut retrouver sa mère naturelle vivant au Nouveau-Brunswick, à condition que les deux soient inscrits à Retrouvailles.

Services offerts

- · Information.
- Entraide et écoute concernant la recherche des origines.
- Café-rencontres entre personnes adoptées, parents naturels ou adoptifs, conjoints ou amis.

Bureau du Mouvement Retrouvailles





Les familles monoparentales

Quelques données sur les 270 000 familles monoparentales au Québec, représentant 22 % des familles avec enfant(s):

- 82 % de ces familles sont dirigées par des femmes ;
- 55 % des femmes «cheffes» de familles monoparentales supportent seules la responsabilité financière de leur famille;
- à la fin de 1994, 96 000 familles monoparentales étaient bénéficiaires de la Sécurité du revenu (un peu plus du tiers des familles monoparentales du Québec);
- le taux de pauvreté des enfants vivant dans une famille monoparentale dirigée par une femme est de 66,1 %;
- le revenu moyen des mères monoparentales équivaut à 64 % du seuil de pauvreté.

Au cours des vingt dernières années, le nombre de familles monoparentales n'a pas cessé de croître. Ces familles, faisant face à de nombreux problèmes d'ordres économique, psychologique, juridique et social, ont senti le besoin de se solidariser. C'est ainsi que de nombreuses associations se sont créées à travers le Québec.

 Fédération des associations de familles monoparentales du Québec (FAFMQ) 1051, rue Saint-Hubert, bureau F-208 Montréal (Québec) H2L 3Y5



La **FAFMQ** fait pression auprès des autorités compétentes et sensibilise la population au vécu des familles monoparentales. Elle milite en faveur d'un système de perception automatique des pensions alimentaires avec retenue à la source.

Les associations membre de la FAFMQ

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Saint-Pascal/Kamouraska

Téléphone: (418) 492-6636

Mont-Joli

Téléphone: (418) 775-7113

Saguenay-Lac Saint-Jean

Dolbeau

Téléphone: (418) 276-7146

Saint-Prime

Téléphone: (418) 679-3676

Alma

Téléphone: (418) 662-8440

Québec

Québec

Téléphone: (418) 529-4913

Charlesbourg

Téléphone: (418) 623-4509

Cap-Rouge

Téléphone: (418) 662-2872

Donnacona

Téléphone: (418) 285-0172

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville

Téléphone: (819) 475-2517

Louiseville

Téléphone: (819) 228-8888

Shawinigan

Téléphone: (819) 539-7510

ou 536-3350 **Victoriaville**

Téléphone: (819) 758-4144

n famille

Ailleurs pu Québoc



Les associations membres de la FAFMQ (suite)

Montréal

Téléphone: (514) 849-0449

Rue Ontario Est

Téléphone: (514) 596-1614

Ano-Sep

Téléphone: (514) 277-9870

Monovie Ahuntsic

Téléphone: (514) 388-9664

Outaouais

Hull

Téléphone: (819) 771-3260

Nord-du-Québec

Chibougamau

Téléphone: (418) 748-3314

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Sainte-Anne-des-Monts

Téléphone: (418) 763-5125

Chaudière-Appalaches

Montmagny

Téléphone: (418) 248-7811

Saint-Nicolas

Téléphone: (418) 831-6014

Saint-Georges

Téléphone: (418) 227-8041 Saint-Jean-Chrysostome

Téléphone: (418) 839-1422

Lévis

Téléphone: (418) 835-3963

Saint-Romuald

Téléphone: (418) 839-1869

Laval

Téléphone: (514) 622-0524

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 752-1999

Repentigny

Téléphone: (514) 352-5691

Laurentides

Téléphone: (514) 439-2669

Montérégie

Chateauguay

Téléphone: (514) 692-9805

Beloeil

Téléphone: (514) 441-6188

Longueuil

Téléphone: (514) 448-2543

Saint-Hyacinthe

Téléavertisseur : (514) 556-3886

Sorel

Téléphone: (514) 780-0505

Île-Perrot

Téléphone: (514) 624-5590

Planification des naissances

Pour tout ce qui concerne la fertilité, la contraception ou l'I.V.G. (interruption volontaire de grossesse), les CLSC offrent des services de planification des naissances.

Renseignements

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais: 1800 361-4661

La Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN)

4428, boulevard Saint-Laurent, bureau 302 Montréal (Québec) H2W 1Z5

Téléphone : (514) 844-3721

n famille

La FQPN effectue un travail de réflexion critique, de pression et d'action dans les dossiers de la contraception, de l'avortement et de l'éducation sexuelle. Elle se penche aussi sur les nouvelles techniques de procréation (fécondation in vitro, etc.) comme solution à l'infertilité. Elle est en lien étroit avec les groupes de femmes (Centres des femmes du Québec, Centres de santé des femmes, etc.).

La FQPN a publié une série de documents sur des sujets divers :

- situation de l'avortement au Québec ;
- · développement anarchique des nouvelles techniques de reproduction ;
- mémoire demandant à l'Etat de reconnaître, dans les faits, le droit des femmes de choisir leur(s) maternité(s);
- ménopause.

Ces documents sont disponibles à la FQPN qui publie également «Du chou à l'éprouvette».

 Service d'information en contraception et sexualité de Québec (SICSQ)



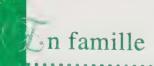
987, 3e Avenue, 1er étage Québec (Québec) G1L 2X2

Services offerts

- Écoute téléphonique.
- Consultation et orientation.
- Centre de documentation.
- Information sur les moyens contraceptifs, la fertillité et l'infertilité, la ménopause, les MTS et le SIDA, les nouvelles techniques de reproduction, la sexualité des adolescents et des adultes.

Des conférences et des rencontres de groupe sont organisées sur ces sujets. Chaque année, le SICSQ organise des cours de formation et de perfectionnement en planification des naissances et sexualité.

Note: Les Centres de santé pour femmes du Québec (CHAPITRE 4 - SECTION «DU FÉMININ...») offrent informations et ressources en ce qui concerne le planning des naissances.



Avant et après la naissance

La grossesse

Pour des renseignements concernant une grossesse problématique ou non, ou simplement pour obtenir aide et appui.

Grossesse-Secours



Service d'écoute et d'information qui s'adresse à toute femme enceinte en difficulté.

Birthright

4100, rue Saint-Antoine Ouest Montréal (Québec) H4C 1C1



Services offerts

- · Service d'écoute en anglais.
- Test de grossesse.
- · Hébergement.
- Comment annoncer une grossesse aux parents.
- · Aide financière.

◆ Le réseau des Centres de femmes du Québec

Voir section ⟨DU FÉMININ... ⟩ de ce chapitre.

Un grand nombre de Centres de femmes du Québec offrent un service d'aide aux futures et nouvelles mamans.

Services offerts

- Rencontres d'information sur les ressources communautaires, l'allaitement, les soins aux bébés, leur santé, l'achat de layettes et de couches à prix modique.
- Cuisine collective pour futures mamans (information sur la nutrition de la nouvelle maman et du bébé).



♦ Le Centre des femmes de Montréal



3585, rue Saint-urbain Montréal (Québec) H2X 2N6

Note: Services en français, en anglais, en espagnol, en arabe et autres langues.

L'accouchement

Naissance-Renaissance

C'est un regroupement québécois d'organismes qui travaillent à l'humanisation de la naissance et des soins en périnatalité (période qui précède et qui suit immédiatement la naissance). Il préconise la présence du père lors de l'accouchement, les maisons de naissance, la reconnaissance des sages-femmes et la mise en oeuvre de la politique familiale.

Naissance-Renaissance peut vous diriger vers des personnes-ressources et des groupes en régions.

Groupes affiliés à Naissance-Renaissance



Bas-	Sain	t-La	uren	t	

Mont-Joli

Téléphone: (418) 775-3636

Ouébec

Téléphone: (418) 688-6039

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 370-3822

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 569-3119

Montréal

Les Relevailles

Téléphone : (514) 640-6741 *La Maison des parents*

Téléphone: (514) 522-6461

Nourri-Source

Téléphone: (514) 654-8700

Outaouais

Naissance-Renaissance

Outaouais

Téléphone: (819) 827-3843

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 589-9366

Îles-de-la-Madeleine

La Sentin'elle

Téléphone: (418) 986-4334

Laurentides

Mont-Laurier

Téléphone: (819) 623-3009

Montérégie

Sorel

Téléphone: (514) 743-7400



Les maisons de naissance et les sages-femmes

Répondant aux besoins exprimés depuis plusieurs années par les femmes et les couples québécois, le ministre de la **Santé et des Services sociaux** a autorisé l'expérimentation de la pratique des sages-femmes dans huit projets-pilotes (maisons de naissance) gérés par un établissement du réseau de la santé (**CLSC** ou centre hospitalier).

La sage-femme est une professionnelle de la santé pour qui l'expérience de la grossesse et de l'accouchement constitue un événement sain, normal et naturel.

Sa pratique comprend notamment l'éducation prénatale et post-natale des parents, les soins préventifs, le dépistage de conditions anormales chez la femme ou le nouveau-né, l'accouchement, les soins à donner à la femme et au nouveau-né et la planification familiale (*Loi sur la pratique des sages-femmes* dans le cadre des projets-pilotes, art. 2).

Note: Le ministère de la Santé et des Services sociaux a édité une brochure explicative intitulée «Accoucher avec une sage-femme à la maison de naissance» comportant toutes les informations nécessaires sur les maisons de naissance et les sages-femmes.

Projets-pilotes

Au Québec

Bas-Saint-Laurent

Mont-Joli

CLSC La Mitis

Téléphone: (418) 775-3636

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

CLSC Le Norois

Téléphone: (418) 668-4563

Nord-du-Québec

Povungnituk

Centre de Santé Innulitsivik

Téléphone: (819) 988-2957

Estrie

Sherbrooke

CLSC SOC

Téléphone: (819) 565-1330

Montréal

CLSC Côte-des-Neiges

Téléphone: (514) 736-2323

Pointe-Claire

CLSC Lac-Saint-Louis

Téléphone: (514) 697-4110

Outaonais

Téléphone : (514) 640-6741

Gatineau

CLSC Des Draveurs

Téléphone: (819) 669-2323

L'aide aux nouveaux parents

♦ Les Relevailles de Montréal

Service d'aide et d'écoute aux nouveaux parents, afin de favoriser l'adaptation harmonieuse de la famille avec la venue du nouveau-né.

Note: Votre CLSC et les Centres de Santé des femmes sont en mesure de vous aider à faire face à votre nouveau rôle.



L'allaitement

Il y a 20 ans, seulement une femme sur 4 décidait d'allaiter son enfant. Actuellement, 4 femmes sur 5 décident d'allaiter.

Nous savons maintenant que non seulement le lait maternel est l'aliment par excellence pour le nouveau-né, mais qu'à lui seul il représente un aliment complet pour les quatre à six premiers mois. C'est aussi un aliment toujours « disponible » et « économique ».

Nourri-Source

C.P. 441 Succursale Montréal-Nord Montréal-Nord (Québec) H1H 5L5

Nourri-Source est un mouvement d'entraide composé de femmes bénévoles (« marraines ») qui ont déjà allaité et qui offrent leur aide aux mères qui désirent allaiter.

Des séances d'information sont organisées périodiquement selon les besoins des secteurs desservis. Un service téléphonique de soutien, prodigue des conseils techniques aux mères et aux pères.

Les rencontres sont offertes dans une vingtaine de CLSC.

Nourri-Source a publié deux guides pratiques sur l'allaitement. Vous pouvez vous les procurer dans votre CLSC ou en écrivant à Nourri-Source à l'adresse indiquée ci-haut.

♦ Ligue La Leche (LLL)

Secrétariat Général Case Postale 874 Ville Saint-Laurent (Québec) H4L 4W3 Montréal : (514) 525-3243 Québec : (418) 653-2349 Sherbrooke: (819) 823-7344

La Ligue Internationale La Leche renseigne, encourage et aide les mamans qui désirent allaiter leur bébé.

Chaque mois, des monitrices de La Leche organisent des réunions d'information et de partage (des joies et des difficultés!) sur l'allaitement maternel. Pour savoir où ont lieu ces réunions, appelez une des monitrices au service téléphonique ci-dessus, et elle vous mettra en contact avec une monitrice qui habite près de chez vous.

Publications de La Leche:

- · Revue bimestrielle «La Voie Lactée».
- Différentes publications sur l'allaitement et le rôle de parents.
- Divers livres concernant la grossesse et l'accouchement.

Elle produit également des cassettes vidéos sur l'art de l'allaitement.

Documents audiovisuels

L'hôpital Saint-Luc et l'hôpital Sainte-Justine ont produit ensemble une cassette vidéo : «C'est pas la mère à boire!»

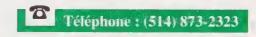
Ce document explique aux mères comment bien allaiter, quoi manger, quels aliments pourraient être évités, comment s'organiser pour bien manger durant l'allaitement, etc. Il est disponible, en vente ou en location, à la Bibliothèque de l'hôpital Saint-Luc à Montréal.

Renseignements



La garde de l'enfant

 L'Office des services de garde à l'enfance 100, rue Sherbrooke Est Montréal (Québec) H2X 1C3



L'Office peut vous fournir, sur demande, la liste des associations et des regroupements régionaux de services de garde à travers tout le Québec.

L'Office a aussi publié divers documents, disponibles aux Publications du Québec :

- «La garderie, une expérience de vie pour l'enfant»;
- «Des enfants gardés...en sécurité» ;
- «Les infections en garderie»;
- «L'aménagement d'une garderie» .

Le divorce

Le divorce est la rupture définitive du mariage civil. Il est prononcé à la suite d'un jugement du tribunal.

Le mariage n'existant plus, il est possible pour les ex-époux de se remarier civilement. Pour pouvoir se remarier religieusement, ils devront, en plus du divorce, obtenir l'annulation religieuse de leur mariage.



La médiation

Si les deux conjoints qui désirent divorcer sont prêts à trouver des solutions à l'amiable en ce qui concerne leurs responsabilités parentales, financières et le partage de leurs biens, ils peuvent avoir recours aux services de médiation.

Le médiateur, qui est un tiers impartial, aide les couples désirant dissoudre leur union à établir des ententes viables et satisfaisantes pour chacun.

Le médiateur est un professionnel qui a reçu une formation spécifique en médiation familiale. Il est issu de professions diverses : notaires, avocats, travailleurs sociaux ou psychologues.

Les médiateurs peuvent aussi travailler par l'entremise des tribunaux, dans les organismes de services communautaires.

Les avantages de la médiation

- Communication et coopération y sont encouragées.
- Contrôle des décisions entourant la réorganisation de la vie familiale.
- Coûts moindres que dans le processus d'adversité.
- Réduction des conflits, ce qui favorise un mieux-être des conjoints et des enfants.
- Confidentialité, ce qui évite que les problèmes personnels deviennent publics.
- Humanisation : les rencontres se déroulent en privé au bureau du médiateur, dans une ambiance bien différente de celle de la cour.

À la fin du processus de médiation (généralement 4 à 6 rencontres), et s'il y a accord, le médiateur rédigera un projet d'entente qu'il remettra à chacun des conjoints ainsi qu'à l'avocat de chacun d'eux.

Cependant, vous devez posséder de l'information sur vos droits, devoirs et responsabilités. Vous pouvez consulter un avocat avant ou pendant la médiation, ou avant de donner votre accord final au projet d'entente.

Renseignements

 L'Association de Médiation Familiale du Québec
 6896, Avenue Somerled Montréal (Québec) H4V 1V1 Téléphone ± (514) 866-6769 Sans frais 1 800 667-7559 Télécopieur: (514) 487-6360



 Palais de justice Montréal

Service de médiation à la famille

10, rue Saint-Antoine Est, bureau 12.90 Montréal (Québec) H2Y 1B5

Téléphone : (514) 393-2285

Québec

- Service de médiation à la famille
 300, boulevard Jean-Lesage, bureau 254
 Québec (Québec) G1K 8K6
- Québec (Québec) G1K 8K6
- L'Association Parents-Uniques de Laval Inc.
 339, boulevard Sainte-Rose
 Sainte-Rose, Laval (Québec) H7L 1M7



Téléphone : (418) 649-3516

◆ Le Conseil du Statut de la Femme (Voir toutes les coordonnées dans la section «Du FÉMININ...»)

Pour connaître les ressources disponibles dans votre région, informez-vous auprès de Communication-Québec (service gratuit).

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Téléphone: (418) 722-3939

Saguenay-Lac Saint-Jean

Téléphone: (418) 695-7850

ou 679-0433

Québec

Téléphone: (418) 643-1344

Mauricie-Bois-Francs

Téléphone : (819) 371-6121 ou 475-8777

Estrie

Téléphone: (819) 820-3000

Montréal

Téléphone: (514) 873-2111

Outaouais

Téléphone: (819) 772-3232

Abitibi-Témiscamingue

Téléphone: (819) 764-3241

ou 825-3166

Côte-Nord

Téléphone: (418) 968-2806

ou 589-2244

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Téléphone: (418) 368-2550

ou 986-3222

Chaudière-Appalaches

Téléphone: (418) 227-1122

ou 338-0181

Laval et Lanaudière

Téléphone : (514) 873-5555

ou 752-6800

Laurentides

Téléphone: (514) 569-3019

Montérégie

Téléphone: (514) 776-7100



Le divorce sans médiation

Si vous avez droit à l'aide juridique, vous bénéficierez gratuitement des services professionnels d'un avocat. Toute personne économiquement défavorisée a droit aux services de l'aide juridique.

Renseignements sur vos droits éventuels à l'aide juridique

 Ministère de la Justice du Québec Commission des services juridiques
 2, Complexe Desjardins Tour de l'Est, bureau 1404 Montréal (Québec) H5B 1B3 Téléphone : (514) 873-3562

Renseignements sur les avocats ou les notaires

Barreau du Québec

Montréal : (514) 866-2490 Québec : (418) 529-0301 Laval : (514) 686-2958

- Chambre des notaires
 630, boulevard René-Lévesque Ouest Montréal (Québec) H3B 1T6
- Palais de justice de Montréal Renseignements généraux Service à la clientèle
 1, Notre-Dame Est Montréal (Québec) H2Y 1B6
- Palais de justice de Québec
 300, boulevard Jean-Lesage
 Québec (Québec) G1K 8K6

Téléphone : (514) 879-1793

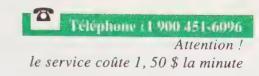
Téléphone : (514) 393-2721 ou (514) 393-2542

Téléphone : (418) 649-3400



Téléphone juridique
 (sous forme de messages enregistrés)

 Service de la société québécoise
 d'information juridique (SOQUIJ)



La perception automatique des pensions alimentaires

Quand un juge rend une décision pour un divorce, il accorde généralement une pension alimentaire à celui des deux parents qui aura la garde des enfants.

Mais il peut arriver que l'ex-conjoint qui doit verser la pension alimentaire (en majorité des hommes) ne le fasse pas.

C'est pour tenter d'éliminer ces mauvais payeurs que le gouvernement du Québec a mis de l'avant un projet de loi portant sur la perception automatique des pensions alimentaires.

La loi a été sanctionné par l'Assemblée nationale le 16 mai 1995 et son application sera officialisée par une proclamation du Lieutenant-gouverneur du Québec, probablement au printemps de 1996.

Ce sont les ministères du **Revenu** et de la **Sécurité du revenu** qui sont chargés d'appliquer la loi en prélevant notamment un montant sur le salaire du payeur pour ensuite le remettre aux parents et enfants qui y ont droit.

Renseignements

Téléphone : (514) 393-2124

 L'Association pour le recouvrement des pensions alimentaires FOCUS
 231, rue Saint-Jacques Ouest Montréal (Québec) H2Y 1M6 Téléphone : (514) 848-0440 Télécopieur: (514) 848-0440

Objectif

FOCUS est une organisation à but non lucratif charitable, qui répond aux besoins des enfants défavorisés par des obstacles systématiques, administratifs et judiciaires à leur droit à une pension alimentaire.



Services offerts

- Clinique en droit familial : information juridique pour une meilleure compréhension du système légal.
- Accompagnement aux tribunaux : aide et soutien lors des comparutions.
- Groupes de soutien : mise en commun des expériences vécues.
- Projets de recherches : pour le droit des enfants à une fixation de pension alimentaire et à une représentation judiciaire adéquate.
- Service d'orientation : ressources existantes, aide juridique, Sécurité du revenu, etc.

Visites parents/enfants

«Le Mitoyen»

Pour obtenir des informations sur le droit de visite en présence d'un intervenant.



Téléphone : (514) 596-1983

Saviez-vous que 7

Selon trois sondages effectués en 1988, 1991 et 1993 pour le compte du Secrétariat à la famille, quatre Ouébécois sur cinq considèrent que la vie familiale est une préoccula vie familiale est une que la vie pation plus importante que la vie professionnelle et sociale et que les professionnelle et sociale et que les enfants occupent une place importante dans la vie de presque tous les répondants (94 %)

u Québec, ainsi que dans tous les pays industrialisés, la proportion de personnes âgées de 65 ans et plus a considérablement augmenté depuis le début du 20e siècle (de 4,8 % en 1901 à 10,9 % en 1990). Les démographes prévoient que ce scénario se poursuivra dans les années à venir, l'espérance de vie des gens augmentant et le taux de fécondité de la population québécoise se maintenant à un faible niveau depuis plusieurs années. On peut donc parler de l'émergence d'un «pouvoir gris» qui aura une bonne influence sur la société.

Plusieurs aspects de la vie prennent une importance accrue lorsqu'on vieillit. Les ressources décrites dans cette section reflètent bien les préoccupations des aînés : sécurité, santé, vie sociale, etc.

Santé

Programmes spéciaux assurés par la régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ)

Le programme de médicaments et de services pharmaceutiques

La RAMQ défraie le coût des médicaments prescrits par un médecin ou un dentiste, et fournis par un pharmacien, aux catégories de citoyens suivants :

- les prestataires de la Sécurité du revenu ;
- tous les aînés de 65 ans et plus ;
- les aînés de 60 à 64 ans qui reçoivent l'allocation au conjoint du **Programme de la Sécurité de la vieillesse** du gouvernement fédéral.

Vaccin contre la grippe

Le vaccin est offert aux personnes suivantes :

- les personnes âgées de 65 ans et plus ;
- les adultes qui ont des problèmes chroniques au niveau cardiaque, respiratoire, rénal, métabolique, hématologique ou immunitaire, ainsi que les diabétiques et les autres malades chroniques.

Pour de plus amples renseignements, consultez votre CLSC ou votre médecin de famille.

D'autres programmes sont également disponibles :

- Programme de prothèses, appareils orthopédiques, dispositifs, fauteuils roulants ou autres équipements (voir le chapitre «LES AIDES TECHNIQUES»);
- Programme d'aides visuelles (voir le chapitre «LES AIDES TECHNIQUES»);
- Programme d'aides auditives (voir le chapitre «LES AIDES TECHNIQUES»);
- Programme des prothèses oculaires ;
- Programme des prothèses mammaires externes ;
- Programme d'appareils fournis aux stomisés permanents.

Renseignements

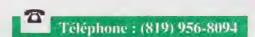
Montréal : (514) 864-3411 Québec : (418) 646-4636 Sans frais : 1 800 361-3939 ATS : 1 800 361-3939

Activité physique

L'activité physique joue un grand rôle dans le maintien d'une bonne sànté, qu'on soit jeune ou un peu plus âgé. Les quelques ressources suivantes proposent des renseignements et activités utiles et adaptés à la réalité des aînés.

 Direction de la condition physique Santé Canada

Place du Centre, niveau 3 200, promenade du Portage Hull (Québec) K1A 0X6



Vous pouvez vous procurer ici de la documentation sur l'activité physique et la vie active pour les personnes du troisième âge.

Viactive (Programme d'activités physiques pour les aîné(e)s)

Viactive est une trousse d'activités physiques destinées aux personnes de 50 ans et plus. Elle est le fruit d'une collaboration entre la FADOQ, Kino-Québec et la Fédération des CLSC du Québec. Vous pouvez vous la procurer auprès des regroupements régionaux de la FADOQ, au prix de 11,55 \$ (taxes incluses), frais de poste en sus.

Renseignements

FADOQ

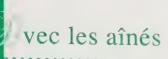


La vie de tous les jours

Associations et ressources d'intérêt général

 Fédération de l'Âge d'Or du Québec (FADOQ)
 4545, avenue Pierre-de-Coubertin C. P. 1000, succursale M Montréal (Québec)





Objectifs

- Redonner aux aînés une nouvelle fierté en les revalorisant à leurs propres yeux comme à ceux de la société.
- Remettre entre les mains des aînés la gestion de leurs affaires.
- Faire découvrir aux aînés le goût des activités collectives.
- Améliorer l'état général de la santé d'un bon nombre d'entre eux.
- Redonner aux aînés un sens à la vie en leur offrant une philosophie de pensée et d'action positive.
- Attirer sur le mouvement des aînés l'attention et le soutien des corps publics et privés.
- Obtenir des réductions de coûts et des privilèges en certains domaines.

Services offerts

En plus des activités des clubs locaux, qui varient individuellement, la Fédération offre les services suivants :

- · congrès annuel, en juin;
- les Jeux des Aînés, en septembre ;
- production de matériel pédagogique ;
- conduite de recherches ;
- «LE MAGAZINE», publié 5 fois l'an ;
- «VOYAGES FADOQ», programmation exclusive d'activités touristiques à prix concurrentiel;
- plan d'assurances FADOQ (vie, hospitalisation, voyage et assurances générales);
- LE CATALOGUE FADOQ, proposant des produits de qualité;
- Vous et les privilèges de l'âge, un guide pratique pour préparer et bien vivre sa retraite (prix exclusif FADOQ : 15 \$);
- services immobiliers, permettant de toucher 10 % des honoraires payables au courtier sur la vente ou l'achat d'une propriété;
- rabais dans le réseau Lunetterie New Look ;
- · la carte VISA Desjardins FADOQ, avec quelques avantages privilégiés.



Regroupements régionaux de la FADOQ

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Pohénégamook

Téléphone: (418) 859-3070

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: (418) 668-4795

Québec

Sainte-Foy

Téléphone: (418) 650-3552

Mauricie-Bois-Francs

Victoriaville

Téléphone: (819) 752-7876

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 374-5774

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 566-7748

Montréal

Téléphone: (514) 271-1411

Outaouais

Hull

Téléphone: (819) 777-5774

Abitibi-Témiscamingue

Lorrainville

Téléphone: (819) 747-3296

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 589-7870

Nord-du-Québec

Alma (pour le secteur Chibougamau - Chapais)

Téléphone: (418) 668-4795

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Téléphone: (418) 368-4715

Laval

Téléphone: (514) 661-0970

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 759-7422

Laurentides

Morin Heights

Téléphone: (514) 226-1313

Montérégie

Saint-Hyacinthe

Téléphone : (514) 774-8111 **Saint-Jean-sur-Richelieu**

Téléphone: (514) 347-0910

Saint-Timothée

Téléphone: (514) 371-8271

 Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)

> 1160, boulevard Saint-Joseph Est Bureau 105 Montréal (Québec) H2J 1L4

Services offerts

L'AQDR est un groupe de pression qui réunit ses membres autour des revendications suivantes :

- un revenu décent, au-dessus du seuil de la pauvreté;
- un logement convenable et à prix abordable ;
- des services et des soins à domicile pour soutenir l'autonomie des retraités ;
- · l'égalité en droit et en fait des femmes et des hommes ;
- · l'accessibilité universelle et gratuite des services de santé et des services sociaux.



Téléphone : (514) 526-3845 Télécopieur: (514) 526-7151

Groupes locaux membres de l'AQDR

Au Québoc



Bas-Saint-Laurent

La Pocatière

Téléphone: (418) 856-1994

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-4602

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: (418) 662-5638

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-8347

Jonquière

Téléphone: (418) 542-4215

Roberval

Téléphone: (418) 275-2297

Saint-Félicien

Téléphone: (418) 679-1933

Ouébec

Québec Basse-Ville

Téléphone: (418) 524-0437

Mauricie-Bois-Francs

Shawinigan

Téléphone: (819) 537-0660

Sainte-Geneviève-

de-Batiscan

Téléphone: (418) 362-2134

Drummondville

Téléphone: (819) 477-3405

Saint-Tite

Téléphone: (418) 365-3206

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 374-7700

Estrie

Magog

Téléphone: (819) 868-2342

Sherbrooke

Téléphone: (819) 829-2981

Montréal

Ahuntsic

Téléphone: (514) 388-7551

Centre-Sud

Téléphone: (514) 522-5480

Hochelaga-Maisonneuve

Téléphone: (514) 598-9999

Montréal-Nord

Téléphone: (514) 323-0729

Rivière-des-Prairies

Téléphone: (514) 643-0903

Rosemont

Téléphone: (514) 374-5967

Saint-Léonard

Téléphone: (514) 723-5964

Saint-Michel

Téléphone: (514) 326-7235

Outaouais

Gatineau

Téléphone: (819) 663-8599

Abitibi-Témiscamingue

Val d'Or

Téléphone: (819) 825-7135

Chaudière-Appalaches

Islet-Nord (Saint-Aubert)

Téléphone: (418) 598-6959

Islet-Sud (Saint-Pamphile)

Téléphone: (418) 356-5238

Laval

Téléphone: (514) 687-3763

Lanaudière

Brandon

Téléphone: (514) 889-4420

Chertsey

Téléphone: (514) 522-5480

Mascouche

Téléphone: (514) 474-4478

Laurentides

Deux-Montagnes

Téléphone: (514) 473-1753

Mont-Laurier

Téléphone: (514) 623-3875

Montérégie

Beauharnois

Téléphone: (514) 429-3041

Granby

Téléphone : (514) 378-2483

Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone: (514) 348-2446

Laprairie

Téléphone: (514) 659-7514

Longueuil

Téléphone: (514) 677-0122

Saint-Hubert

Téléphone: (514) 445-4097

Valleyfield

Téléphone: (514) 373-8203



Association internationale francophone des aînés

150, boulevard René-Lévesque Est Québec (Québec) G1R 4Y1



Objectifs

- Regrouper des organismes d'aînés, des organismes de services ainsi que des aînés qui valorisent la personne âgée et défendent ses intérêts.
- Susciter, chez les aînés, une participation maximale à la vie de la société et développer chez eux le souci de demeurer autonomes en étant présents et actifs à tous les échelons où se prennent les décisions qui les concernent.
- Favoriser le rapprochement entre les divers groupes d'âge et sensibiliser l'ensemble de la population au phénomène de vieillissement et de la retraite.
- Promouvoir l'usage de la langue française et la compréhension des cultures francophones.
- Encourager une meilleure connaissance mutuelle des aînés des pays et des communautés francophones, notamment par les échanges de personnes et d'information.
- * Susciter et appuyer toute mesure ou tout mouvement tendant au mieux-être des personnes âgées tant au niveau national qu'au niveau international.

Activités et services

- Publications «INFO-AIFA» et «Maturité».
- Études décrivant les grands défis de la société qui concernent les aînés.
- Ralliements internationaux.
- Concertation sur une base régionale où les associations membres se donnent des projets à réaliser ensemble.
- Formation de leaders aînés.
- Séjours socioculturels qui permettent aux aînés de partager la culture de l'autre tout en voyageant agréablement.

L'AIFA a aussi un chapitre à Montréal : (514) 383-6019

 Fédération des aîné(e)s dynamiques du Québec

845, boulevard René-Lévesque Ouest Bureau 303 Québec (Québec) G1S 1T5



Services offerts

Les nombreux services offerts par la Fédération comprennent des cours d'adaptation à la retraite et de cheminement durant la retraite, des activités socioculturelles en tout genre, des rencontres d'information, un bulletin de nouvelles, etc.

 Fédération nationale des retraités et citoyens âgés

3033, boulevard Lakeshore Ouest Toronto, Ontario M8V 1K5



Services offerts

La Fédération est avant tout un groupe de pression qui multiplie les actions en vue de protéger et d'améliorer les acquis des retraités. Les moyens employés sont multiples : pétitions, lettres individuelles adressés aux gens au pouvoir, mémoires déposés lors d'audiences publiques, etc.

◆ Association canadienne des personnes retirées (C.A.R.P.) (anglaise)

27, rue Queen Est Bureau 1304 Toronto (Ontario) M5C 2M6 Téléphone : (416) 363-8748

L'Association a deux préoccupations majeures. Premièrement, c'est un groupe de pression qui est impliqué dans plusieurs dossiers concernant ses membres : réforme des pensions de vieillesse, soins de santé, etc. Elle offre également à ses membres des réductions à l'achat de plusieurs produits et services : hôtels et motels, vacances, croisières, location de voitures, etc.

La Voix - Le réseau canadien des aînés

350, rue Sparks Bureau 1005 Ottawa (Ontario) K1R 7S8



Services offerts

Par le biais de communiqués, d'enquêtes, de conférences et de consultation, La Voix assure un échange d'informations et de résultats de recherche entre tous les aînés du Canada.

Elle fait aussi de la représentation vis-à-vis les divers intervenants (gouvernements, monde des affaires), les informant sur les inquiétudes et le point de vue des aînés et travaillant pour donner une image juste et positive de ceux-ci dans de nombreux secteurs de la société (sécurité, violence, accessibilité des lieux et transports, usages des médicaments, etc.).

 Association nationale des retraités fédéraux (ANRF)/Montréal

1940, boulevard Henri-Bourassa Est Bureau 350 Montréal, Québec H2B 1S1



Services offerts

L'Association est avant tout un groupe de pression qui travaille pour l'amélioration ou le maintien des conditions de vie de ses membres. Elle siège sur divers comités et conseils et est reconnue par tous les paliers de gouvernement. Les membres individuels peuvent également profiter de rabais sur plusieurs produits et services (mazout, location d'autos, assurances en tout genre, voyages et hébergement).

L'Association compte 4 sections régionales (Québec, Mauricie-Bois-Francs, Estrie et Outaouais)

 Association des retraité(e)s du gouvernement du Québec 1665, boulevard Hamel Ouest Édifice 2 Québec (Québec) G1N 3Y7



Services offerts

- Secrétariat permanent.
- Régimes d'assurances : accident-maladie, vie, voyage.
- REFLETS, un journal trimestriel.
- Aide individuelle pour les membres victimes d'injustice.

Les conseils régionaux et sectoriels offrent également des services personnalisés qui peuvent varier d'une région à l'autre : préparation de rapports d'impôts, transport des membres requérant des soins médicaux, visite des membres malades, voyages, rencontres culturelles, sociales ou sportives, dîners-conférences sur des sujets d'actualité, etc.

L'Association compte 16 filiales présentes dans toutes les régions du Québec.

Association québécoise de gérontologie 1474, rue Fleury Est Montréal (Québec) H2C 1S1



Objectifs

Regroupant des intervenants professionnels, des bénévoles ainsi que des organismes oeuvrant dans le domaine des services aux personnes âgées, l'Association a les objectifs suivants :

- promouvoir la qualité des services offerts aux personnes âgées ;
- promouvoir la formation du personnel oeuvrant dans le domaine de la gérontologie et la reconnaissance de cette formation par les gouvernements et employeurs ;
- favoriser la recherche et proposer des voies d'études dans le domaine de la gérontologie.
- analyser, inspirer et critiquer les politiques et les législations gouvernementales relatives au phénomène du vieillissement.
- favoriser la circulation de l'information et provoquer des échanges entre personnes et groupes s'intéressant au vieillissement ;
- collaborer avec d'autres groupes et associations s'intéressant à des questions similaires ;
- sensibiliser la collectivité et les individus à leur vieillissement personnel ainsi qu'au phénomène du vieillissement.

Services offerts

- «Le Gérontophile», revue trimestrielle destinée à la formation continue des membres.
- Rapports de recherche et de colloques, disponibles gratuitement aux membres.
- Deux colloques par année.
- Informations sur les activités de l'Association.
- Centre de documentation, accessible sur rendez-vous.

Logement et hébergement

Le chapitre «L'HÉBERGEMENT, LE LOGEMENT ET L'ADAPTATION DE DOMI-CILE» donne les renseignements concernant les ressources pouvant aider les aînés à bénéficier d'un bien-être maximal, qu'ils soient à la maison ou dans un établissement privé. On y trouve des informations sur :

- l'hébergement temporaire;
- l'hébergement permanent ;
- les logements à prix modiques ;
- · les suppléments monétaires aux loyers ;



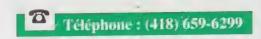
- · les logements accessibles aux fauteuils roulants et les logements adaptés ;
- l'adaptation de domicile;
- l'aide au déménagement.

À ces ressources, on peut ajouter :

Logirente

Ministère du Revenu du Québec

3800, rue de Marly Sainte-Foy (Québec) G1X 4A5



Ce programme, coordonné et financé par la Société d'habitation du Québec et mis en application auprès des citoyens par le ministère du Revenu, contribue à alléger le loyer des personnes de 57 ans et plus dont le revenu est modeste.

Conditions d'admissibilité

- Avoir (ainsi que le conjoint) 57 ans ou plus.
- Avoir un revenu annuel de ménage inférieur à :
 - 11 080 \$, si la personne habite en chambre ;
 - 14 800 \$, si la personne habite seule en logement ;
 - 16 800 \$, si la personne habite un logement avec son conjoint ou un colocataire.
- Consacrer plus de 30 % du revenu annuel au logement.
- Résider au Canada depuis au moins un an.
- Ne pas habiter un logement dont le loyer est calculé en fonction du revenu, ni recevoir un supplément, ni résider dans un centre hospitalier ou un centre d'accueil subventionné.
- Ne pas bénéficier d'une allocation-logement en vertu de la *Loi sur la Sécurité du revenu*.
- Ne pas avoir de biens dont la valeur excède 50 000 \$, à l'exception d'une résidence, du terrain sur lequel elle est érigée, des meubles et de l'automobile.

Loyer maximal admissible

• Chambreurs: 3324 \$ / an (277 \$ / mois)

Personnes seules: 4440 \$ / an (370 \$ / mois)

• Ménage: 5040 \$ / an (420 \$ / mois)

Si le loyer excède ces montants, la personne est quand même admissible à LOGIRENTE mais l'allocation-logement est calculée d'après les montants maximum de loyer.



Renseignements supplémentaires

- Société d'habitation du Québec
- Regroupement des aidantes et aidants naturel(le)s de Montréal (RAANM)

3780, rue Villeray Montréal (Québec) H2A 1G6



Les aidants naturels

On appelle aidants naturels les gens qui prennent soin à domicile d'une personne en perte d'autonomie.

Objectifs

- Regrouper les aidants naturels de l'île de Montréal et leur offrir de l'information utile à l'exécution de leur tâche.
- Sensibiliser les intervenants du secteur social et de la santé ainsi que le public à la réalité des aidants naturels.
- Favoriser l'échange et l'entraide entre les membres.
- Encourager l'émergence de groupes servant la cause des aidants naturels.
- Défendre les droits et les intérêts de ses membres.

Services offerts

- Information pertinente sur les services, les ressources humaines et matérielles disponibles dans le milieu afin d'actualiser des connaissances et habiletés indispensables à l'encadrement et aux soins à domicile des personnes en perte d'autonomie.
- Rencontres d'échange et d'entraide.
- Encouragement à l'organisation de services de répit.
- Identification des besoins des aidants naturels et satisfaction de ces besoins.
- Promotion de l'implantation de services appropriés dans les institutions existantes ou les nouveaux organismes.
- Sensibilisation du grand public et des gouvernements au rôle et aux besoins des aidants naturels.

Services à domicile

Veuillez consulter le chapitre «LES SERVICES À DOMICILE» qui donne tous les détails.

Travail

Programme d'adaptation pour les travailleuses et travailleurs âgés (PATA)

Renseignements

Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre

 Développement des ressources humaines Canada Téléphone : (418) 644-4519 Sans frais : 1 800 363-3288

Téléphone : (819) 953-6610 Sans frais : 1 800 567-1916

Ce programme vise à aider financièrement les travailleurs de plus de 55 ans victimes d'un licenciement collectif qui a des répercussions importantes sur l'économie de la région et le groupe d'âge des 55 ans et plus.

Sécurité

Les traumatismes accidentels sont une source importante d'inquiétude pour les aînés. Ainsi, à cause de la plus faible capacité de récupération des aînés, un accident peut entraîner une hospitalisation prolongée et avoir de grandes répercussions sur la qualité de vie.

Santé Canada distribue de la documentation spécialisée sur la prévention des blessures ainsi que sur certains vols et fraudes dont peuvent être victimes les aînés (cartes de crédit par exemple).

Renseignements

Programme de prévention des blessures chez les aîné(e)s
Bureau de la sécurité des produits
Place du Portage, Tour 1

17e étage 50, rue Victoria Localisateur postal : 7017A4 Hull (Québec) K1A 0C9



Vous pouvez contacter votre service local de police pour avoir des conseils sur la sécurité, que ce soit à la maison ou lors des déplacements.

Le programme Parents-Secours peut également vous être utile. Pour plus de détails, consultez la section «DU TOUT-PETIT À L'ADOLESCENT» du CHAPITRE 4.

Le guide Vous et les privilèges de l'âge de la FADOQ donne également des conseils de sécurité dans divers domaines : planification financière, dernières volontés, etc.

Et, bien sûr, les différentes associations d'aînés peuvent vous aider.

Conduite automobile

La conduite d'un véhicule automobile requiert une bonne condition physique et mentale et surtout une bonne vue.

La Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) demande donc aux conducteurs de se soumettre à une évaluation médicale selon les fréquences suivantes :

- titulaires de permis de la classe 5 : lors du renouvellement du permis lorsque la personne atteint l'âge de 70, 75 et 80 ans ; par la suite, l'évaluation se fait tous les deux ans ;
- titulaires de permis des classes 1, 2, 3, 4A, 4B, 4C : lors du renouvellement du permis de conduire lorsque la personne atteint l'âge de 45, 55, 60 et 65 ans ; tous les deux ans par la suite.

Renseignements

SAAQ

Montréal: (514) 873-7620 Québec: (418) 643-7620 Sans frais: 1 800 361-7620

Questions juridiques

Mandat en cas d'inaptitude et Curateur public

Pour des renseignements détaillés, veuillez vous référer au chapitre «LA SANTÉ ET VOS DROITS».

Testament

Veuillez consulter les ressources ci-dessous pour vous aider à y voir clair. Un testament peut éviter bien des problèmes à votre famille et à vos proches.

Chambre des notaires du Québec



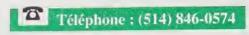
Le guide Vous et les privilèges de l'âge de la FADOQ donne aussi des renseignements très pertinents sur la rédaction d'un testament.

Relations grands-parents - petits-enfants

 L'Association GRAND (Grands-Parents Requérant Accès Naturel et Dignité)

> 12, Park Place No 1

Westmount (Québec) H3Z 2K5

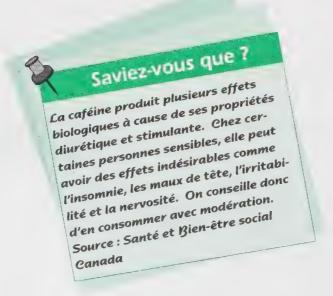


Objectifs

- Apporter un soutien émotionnel aux grands-parents qui, pour une raison ou une autre (divorce ou séparation des parents, mort imprévue), ont perdu le droit d'accès à leurs petits-enfants.
- Éduquer le public et le monde professionnel dans le but de rendre à ce problème toute l'importance qu'il mérite.
- Influencer les organismes législatifs pour accroître la reconnaissance de l'intérêt que portent les grands-parents au bien-être de leurs petits-enfants.

Activités

- Rencontres régulières.
- Diverses conférences.



La dernière étape!?

a perte d'un être cher est sans doute un des événements les plus marquants d'une vie. On y est tous confronté à un moment ou à un autre. Plusieurs émotions peuvent se bousculer : colère, tristesse, solitude, etc. ; il faut donc apprivoiser une nouvelle vie.

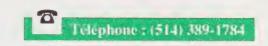
Le deuil est une période que l'on doit vivre. C'est un processus plus ou moins long selon les circonstances, et qui peut s'échelonner sur une ou plusieurs années. Faire son deuil ne signifie pas oublier ou ne plus aimer la personne disparue mais plutôt prendre conscience que l'on doit désormais continuer à vivre sans elle.

Il peut être souhaitable pour certaines personnes de parler des émotions qui les habitent et de les partager avec d'autres. C'est le but poursuivi par les organismes et associations décrits dans cette section : bien traverser les différentes étapes du deuil.

Associations et organismes

♦ Deuil-Secours

Adresse confidentielle



Objectifs

- Exprimer sans contrainte sa douleur, sa colère, son sentiment de culpabilité ou toute autre émotion reliée à son deuil.
- Partager son deuil avec d'autres personnes que sa famille ou son entourage, là où les liens sont parfois très émotifs.
- Écouter les autres et se faire écouter.
- Sortir de l'isolement.
- S'aider à mieux se comprendre à travers les témoignages des autres et le propos des conférenciers.
- S'offrir un complément à une thérapie ou à toute autre démarche.

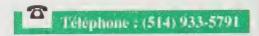
Services offerts

- Rencontres mensuelles, le premier mardi de chaque mois, au 1615, rue Émile-Journault, dans le quartier Ahuntsic de Montréal (le centre Ovila-Légaré).
- Conférences par des spécialistes. La liste des conférences (4 prochaines) est disponible sur demande.
- Groupes de discussion.
- Assistance aux personnes en deuil suite au suicide d'un proche.
- Sorties sociales, une fois par mois (restaurant, baseball, jardin botanique, etc.).
- Documentation sur le deuil.
- Service de référence pour personnes en difficulté.
- Ateliers pour enfants en deuil (6 rencontres de 90 minutes).
- Ateliers de réflexion pour adultes (fins de semaines).

a dernière étape!?

 Les Amis Compatissants du Québec / The Compassionate Friends of Quebec

257, rue Sherbrooke Beaconsfield (Québec) H9W 5S4



Objectifs

- Encourager et aider les parents à surmonter leur peine suite à la mort de leur enfant.
- Promouvoir la santé physique et émotionnelle des parents.

Services offerts

Les Amis Compatissants est un groupe d'aide mutuelle qui offre support et compréhension aux parents en deuil. Les réunions ont lieu chaque premier mercredi du mois au salon Ross de l'Hôpital de Montréal pour Enfants, à 19 h 30. Les discussions sont orientées sur un thème choisi et par la suite la discussion est libre. Chacun peut s'exprimer librement.

Deuil-Entraide

Association d'entraide Ville-Marie inc.

6000, 9e avenue Montréal (Québec) H1Y 2K5



Deuil-Entraide est un groupe de soutien et d'entraide destiné aux personnes ayant vécu la mort d'un être cher. Les réunions se déroulent au rythme de chacun et personne n'est tenu de s'identifier, de se raconter, ni même de parler.

Association des veuves de Montréal
 120, boulevard Saint-Joseph Ouest
 Montréal (Ouébec) H2T 2P6



Objectifs

- Entraide spirituelle et sociale pour les veuves par les veuves.
- · Formation religieuse, morale, culturelle et sociale de ses membres.
- Organisation de loisirs culturels et récréatifs.

Services offerts

- Messes communautaires.
- Visites aux malades.



- Service de référence.
- · Activités culturelles : conférences, cours, etc.
- Loisirs: cartes, voyages, anniversaires, etc.
- Bulletin mensuel «Le Rayon».
- Après le suicide d'un être cher /
 Family survivor of suicide (ASEC / FSOS)
 Adresse confidentielle
 Montréal (Québec)



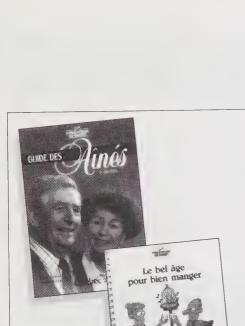
Cet organisme vient en aide aux personnes qui ont perdu un proche par suicide. Pour plus de renseignements, veuillez vous référer à la section «LE SUICIDE» du chapitre 3.

Autres organismes

Nous vous suggérons de vous adresser à votre CLSC pour connaître d'autres ressources du même genre, surtout en province.

Fédération des CLSC du Québec





Québec :::

Québec **

Guide des aînés Nouvelle édition 1995

Voici le nouveau *Guide des aînés*.
Toutes les informations ont été mises à jour : programmes, services offerts, adresses, etc.
Comme dans les éditions précédentes, le *Guide des aînés* traite d'une foule de sujets : santé, impôt, succession, retraite et, bien sûr, loisirs, sports, voyages...

Vous y trouverez rapidement *tout* ce dont vous avez besoin pour gérer vos affaires personnelles et organiser votre emploi du temps, que vous soyez au travail ou à la retraite.

À emporter partout.

1995, 490 pages EOQ 2-551-16160-6

12,95\$

Le bel âge pour bien manger

Un guide pratique conçu spécialement pour les aînés. Il offre des solutions simples aux problèmes quotidiens de l'alimentation : mastication, digestion, contrôle du poids, solitude, perte d'appétit, achat et conservation... Il contient un menu souple de 3 semaines, accompagné de plus de 50 recettes alléchantes, pour permettre d'appliquer aisément les nombreux trucs et conseils donnés.

Pour avoir le goût de cuisiner "santé"!

1992, 104 pages EOQ 2-551-15306-9

9,95\$

Vente et information:

Chez votre libraire habituel

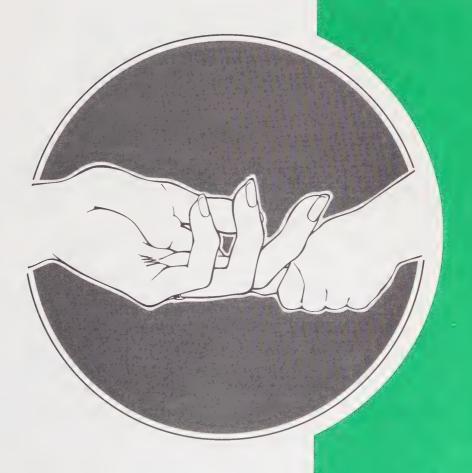
Commande postale: Les Publications du Québec C.P. 1005 Québec (Québec) G1K 7B5 **Télécopieur:** (418) 643-6177 1 800 561-3479

Téléphone: (418) 643-5150

1 800 463-2100



Le réseau de la santé et des services sociaux au Québec





ans le but de préciser «qui fait quoi» dans le réseau de la santé et des services sociaux, nous avons, dans ce chapitre, résumé les rôles des différents intervenants de ce réseau, en portant une attention particulière aux CLSC et aux centres de réadaptation.

Structure nationale du réseau de la santé et des services sociaux

Organigramme Ministère de la Santé et des Services sociaux MSSS Régies régionales de la santé et des services sociaux CLSC CPEJ CR CH CHSLD Org. comm.

880 établissements au total

Explications des sigles

- CLSC: Centres locaux de services communautaires.
- CPEJ: Centre de protection de l'enfance et de la jeunesse.
- CR : Centres de réadaptation.
- CH: Centres hospitaliers.
- CHSLD : Centres d'hébergement et de soins de longue durée.
- Org. comm.: Organismes communautaires.

Ministère de la Santé el des Services sociaux

Le ministère de la Santé et des Services sociaux détermine les grandes priorités, les objectifs et les orientations en matière de santé et de services sociaux et veille à leur application.

Renseignements

Québec : (418) 643-3380 Sans frais : 1 800 707-3380

Les régies régionales de la santé et des services sociaux

Les régies régionales sont responsables de planifier, d'organiser, de mettre en oeuvre et d'évaluer les services de santé et les services sociaux dispensés dans leur région par les établissements de santé. Les régies régionales doivent faire en sorte que les services soient complets, continus, accessibles (de plus en plus à partir du domicile et dans la communauté), efficaces et adaptés aux caractéristiques de leur population.

Les régies régionales ont établi leurs stratégies triennales pour les années 95-98 et un certain nombre de modifications, en regard de leurs missions et du volume de leurs activités, vont affecter les établissements de santé, les centres de réadaptation et les **CHSLD**.

Informez-vous auprès de votre régie régionale afin de connaître ces modifications dans votre secteur.

Liste des régies régionales

Au Québec 🔼

Bas-Saint-Laurent

288, rue Pierre-Saindon, 1er étage **Rimouski** (Québec) G5L 9A8 Téléphone : (418) 724-5231 Télécopieur : (418) 723-1597

Saguenay-Lac Saint-Jean

930, rue Jacques-Cartier Est Chicoutimi (Québec) G7H 2A9 Téléphone : (418) 545-4980 Télécopieur : (418) 545-8791

Ouébec

525, boulevard Hamel Est **Québec** (Québec) G1M 2S8 Téléphone : (418) 529-5311 Télécopieur : (418) 529-4463

Mauricie-Bois-Francs

550, rue Bonaventure, 3e étage **Trois-Rivières** (Québec) G9A 2B5 Téléphone : (819) 379-3771

Télécopieur: (819) 373-1627

Estrie

2424, rue King Ouest **Sherbrooke** (Québec) J1J 2E8 Téléphone : (819) 566-7861 Télécopieur : (819) 569-8894

Montréal

3725, rue Saint-Denis **Montréal** (Québec) H2X 3L9 Téléphone : (514) 286-5500

Télécopieur: (514) 286-5669



Au Québec



Liste des régies régionales (suite)

Outaouais

104, rue Lois

Hull (Québec) J8Y 3R7

Téléphone : (819) 770-7747 Télécopieur: (819) 771-8632

Abitibi-Témiscamingue

1. 9e Rue

Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9

Téléphone : (819) 764-3264 Télécopieur : (819) 797-1947

Côte-Nord

691, rue Jalbert

Baie-Comeau (Québec) G5C 2A1

Téléphone : (418) 589-9845 Télécopieur: (418) 589-8574

Nord-du-Québec

51. 3e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1N1

Téléphone : (418) 748-7741 Télécopieur : (418) 748-6391

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

144, boulevard Gaspé

C. P. 5002

Gaspé (Québec) G0C 1R0

Téléphone : (418) 368-2349 Télécopieur: (418) 368-4942

Chaudière-Appalaches

363, route Cameron

Sainte-Marie (Québec) G6E 3E2

Téléphone : (418) 386-3363,

poste 2450

Télécopieur: (418) 386-3361

Laval

800, boulevard Chomedey

Tour A, 2e étage

Laval (Québec) H7V 3Y4

Téléphone : (514) 978-2000 Télécopieur: (514) 978-2100

Lanaudière

1000, boulevard Sainte-Anne **Joliette** (Québec) J6E 6J2

Téléphone: (514) 759-1157,

poste 4226

Télécopieur: (514) 759-0023

Laurentides

1000, rue Labelle

Bureau 210

Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5N6

Téléphone: (514) 436-8622 Télécopieur: (514) 432-8712

Montérégie

125, boulevard Sainte-Foy **Longueuil** (Québec) J4J 1W7

Téléphone : (514) 679-6772 Télécopieur: (514) 679-6443

Les établissements de santé et de services sociaux

Parmi les six groupes d'établissements énumérés dans l'organigramme au début de ce chapitre, nous traiterons seulement des trois catégories ci-dessous, en raison de la clientèle à laquelle nous nous adressons :

- 1 les centres hospitaliers;
- 2 les CLSC (Centres locaux de services communautaires);
- 3 les Centres de réadaptation.

Les centres hospitaliers

Les centres hospitaliers sont répartis en deux groupes :

- le groupe des centres hospitaliers de soins généraux et spécialisés et des centres hospitaliers psychiatriques ;
- le groupe des centres hospitaliers universitaires et des instituts universitaires.

Suite aux plans de transformations du réseau de la santé et des services sociaux, certains centres hospitaliers vont subir des modifications de fonctionnement ou fermer.

Pour obtenir des informations de dernière heure sur les centres hospitaliers de votre région, vous pouvez vous adresser aux régies régionales ou à la Fédération des CLSC.

Les CLSC (Les centres locaux de services communautaires)

Services offerts par les CLSC

Les CLSC sont dotés d'une gamme complète de services de santé et de services sociaux pour répondre aux besoins de la population, en fonction des spécificités de chaque région.

Les CLSC offrent plusieurs programmes à la clientèle demeurant à domicile (ex. : programme de maintien à domicile, santé scolaire, santé maternelle et infantile, etc.). Selon les programmes et vos besoins, vous pouvez recevoir les services de divers intervenants, tels que : médecin, infirmier, travailleur social, diététiste, ergothérapeute, physiothérapeute, psychologue, auxiliaire familiale.

Chaque CLSC dessert un territoire délimité.

Attention ! Suite aux plans de transformations du réseau de la santé et des services sociaux, certains CLSC vont fusionner entre eux.

Pour vérifier l'adresse et le numéro de téléphone du CLSC dont vous dépendez, veuillez contacter :

◆ La Fédération des CLSC du Québec



Vous pouvez faire appel aux services du CLSC le plus près de chez vous pour de nombreuses raisons ; en voici quelques-unes :

- vous désirez un suivi médical à domicile car vous êtes dans l'impossibilité de vous déplacer;
- vous êtes désemparé et désirez de l'aide, mais vous ne savez par où commencer ;
- vous, votre conjoint et vos enfants éprouvez des difficultés d'ajustement causées par la maladie et vous aimeriez en parler ;
- vous voulez avoir des informations et des conseils sur les ressources existantes ;
- à la fin de la journée, vous êtes épuisé et aimeriez trouver des moyens pour réorganiser vos habitudes de vie et économiser vos énergies ;
- vous avez de plus en plus de difficultés à entrer et sortir du bain et craignez un accident. Vous aimeriez être conseillé sur les équipements qui vous seraient les plus utiles;

- vous ne savez pas quel appareil de marche utiliser. Vous pensez qu'un fauteuil roulant serait utile pour vos sorties mais vous n'en êtes pas certain ;
- vous auriez besoin d'aide pour vos tâches domestiques ;
- vous êtes en fauteuil roulant et vous êtes incapable de circuler librement dans la maison ou d'avoir accès à l'extérieur. Vous aimeriez connaître les possibilités de faire adapter votre domicile;
- vous aimeriez avoir de l'information et il est possible que vous hésitiez à téléphoner au CLSC parce que vous êtes encore capable de vous organiser ou que vous préférez laisser ça à «ceux qui en ont vraiment besoin». Dites-vous que cela n'enlève rien à votre autonomie ni à ceux qui ont besoin d'aide; au contraire, en demandant de l'aide, vous prenez en charge votre situation pour une meilleure qualité de vie.

Programmes

Partout au Québec, les CLSC offrent différents programmes favorisant le maintien à domicile des personnes handicapées, qu'il s'agisse d'un besoin d'assistance physique à la personne (ex. : aide pour le bain), ou encore de soutien pour le conjoint ou pour les parents.

Généralement, le CLSC a la responsabilité d'évaluer les besoins du milieu et d'orienter la personne vers les ressources qui lui sont nécessaires. Dans le cas où une personne séjournant dans un établissement de réadaptation prévoit un retour à domicile, la demande peut être faite par un intervenant de cet établissement avant sa sortie.

Selon les programmes et l'urgence de la demande, l'attente peut être plus ou moins longue.

Certains CLSC offrent des services de soutien à domicile 24h/7jours, ainsi que des services d'urgence téléphonique 24h/7jours.

En voici la liste

Au Québec

Bas-Saint-Laurent

Saint-Éleuthère

Téléphone: (418) 859-2450

Mauricie-Bois-Francs

Fortierville

Téléphone: (819) 287-4442

Plessisville

Téléphone: (819) 362-6301

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 379-7131

Saint-Tite

Téléphone: (418) 365-7555

Cap-de-la-Madeleine

Téléphone: (819) 375-4849

Saint-Paulin

Téléphone: (819) 268-2572

Louiseville

Téléphone: (819) 228-9485

Saint-Alexis-des-Monts

Téléphone: (819) 265-2572

Montréal

Montréal-Ahuntsic

Téléphone : (514) 662-0434 **Montréal-Centre-Sud** Téléphone : (514) 376-2233

Montréal-Centre-Ville Téléphone: (514) 376-2233

Au Québec



Liste des CLSC (suite)

Montréal

Pointe-aux-Trembles

Téléphone: (514) 374-8660

Lasalle

Téléphone: (514) 639-0650

Mercier-Est-Anjou

Téléphone: (514) 374-8335

Plateau-Mont-Royal

Téléphone: (514) 376-2233

Pointe-Saint-Charles

Téléphone: (514) 639-0666

Rosemont

Téléphone: (514) 374-8660

Saint-Henri

Téléphone: (514) 934-0666

Ville-Saint-Laurent

Téléphone: (514) 662-0434

Saint-Léonard

Téléphone: (514) 374-8335

Saint-Michel

Téléphone : (514) 662-0434

Verdun-Côte-Saint-Paul Téléphone: (514) 639-0663

Vieux Lachine

Téléphone: (514) 639-0663

Villeray

Téléphone: (514) 376-2233

Outaquais

Gatineau

Téléphone: (819) 561-2550

Aylmer

Téléphone: (819) 684-2251

Hull

Téléphone: (819) 770-6900

Saint-André-Avellin

Téléphone: (819) 983-7341

Maniwaki

Téléphone: (819) 449-2513

Low

Téléphone: (819) 422-3548

Buckingham

Téléphone: (819) 986-3359

Abitibi-Témiscamingue

Ville-Marie

Téléphone: (819) 629-2420

Témiscaming

Téléphone: (819) 627-3385

Côte-Nord

Lourdes-de-Blanc-Sablon

Téléphone: (418) 461-2144

Forestville

Téléphone: (418) 587-2212

Les Escoumins

Téléphone: (418) 233-2931

Fermont

Téléphone: (418) 287-5461

Port-Cartier

Téléphone: (418) 766-2715

Havre-Saint-Pierre

Téléphone: (418) 538-2212

Nord-du-Québec

Matagami

Téléphone: (819) 739-2515

Lebel-sur-Quévillon

Téléphone: (819) 755-4881

Povungnituk

Téléphone: (819) 988-2214

Kuujjuaq

Téléphone: (819) 964-2905

Gaspésie-Îles -de-la-Madeleine

Mont-Louis

Téléphone: (418) 797-2253

Gaspé-Nord

Téléphone: (418) 393-2001

Murdochville

Téléphone: (418) 784-2561

Cap-aux-Meules

Téléphone: (418) 986-2121

Chaudière-Appalaches

Saint-Fabien-de-Panet

Téléphone: (418) 249-2501

Saint-Joseph-de-Beauce

Téléphone: (418) 397-5080

ou (418) 774-5080 Lac Etchemin

Téléphone: (418) 625-8001

La Guadeloupe

Téléphone: (418) 484-5080

Saint-Georges

Téléphone: (418) 228-5080

Saint-Gédéon

Téléphone: (418) 228-5080

Sainte-Marie-de-Beauce

Téléphone : (418) 387-5080

Saint-Jean-Port-Joli

Téléphone: (418) 598-3355

Laval

Vimont

Téléphone : (514) 662-0434

Saint-Vincent-de-Paul

Téléphone: (514) 662-0434

Chomedey

Téléphone: (514) 662-0434

Lanaudière-Laurentides

Berthierville - Joliette - Terre-

bonne - Chertsey - Le Gardeur -

boline - Chertsey - Le Garden

Saint-Esprit - Saint-Jérôme -

Mont-Laurier - Sainte-Adèle -

Sainte-Thérèse - Saint-Jovite Sans frais : 1 800 361-3977

Saint-Eustache

Téléphone: (514) 437-0191

Montérégie

Châteauguay - Acton Vale -

Granby - Sorel - Huntingdon -

Longueuil - Saint-Hyacinthe -

Vaudreuil - Richelieu -

Valleyfield - Beloeil

Sans frais: 1 800 361-7073

Candiac

Téléphone: (514) 658-7561

Varennes

Téléphone: (514) 652-2917

Vous avez besoin de moins de 5 heures de services par semaine à domicile

Montréal et régions

Programme MAD (Maintien à domicile)

Les services réguliers de maintien à domicile s'adressent à une clientèle en **perte d'autonomie** nécessitant moins de 5 heures par semaine pour des soins personnels (ex. : aide pour le bain), pour certaines tâches domestiques ou d'autres tâches favorisant son intégration. L'accès au service d'entretien ménager est souvent assez limité.

Procédure

- Contactez votre CLSC et demandez le programme de maintien à domicile. Selon le cas, le CLSC vous orientera ou une évaluation à domicile sera faite par un intervenant (délai d'attente possible).
- L'étude de votre demande sera faite par le CLSC.
- Liste d'attente selon la priorité des services, qui seront fournis par un auxiliaire familial.

Si vous ne savez pas à quel CLSC vous adresser, veuillez contacter :

La Fédération des CLSC du Québec



Vous avez besoin de services intensifs et à long terme, à domicile (plus de 5 heures par semaine)

Montréal métropolitain

Programme POSILTH (Projets d'organisation de services intensifs et à long terme pour personnes handicapées)

Ce programme s'adresse aux personnes handicapées de moins de 60 ans qui requièrent des services de 5 heures et plus par semaine pour leurs besoins personnels, la préparation de leurs repas, les tâches domestiques, etc. L'évaluation des besoins se fait par le CLSC et la procédure est la même que pour le programme MAD. Généralement, les services sont dispensés par une agence privée, suite à une entente entre le CLSC et l'agence.

Programme SIMAD (Services intensifs de maintien à domicile)

Ce programme vise à permettre aux personnes âgées, aux personnes en phase terminale ou atteintes de maladies aiguës ou chroniques en grande perte d'autonomie, de demeurer à domicile le plus longtemps possible. Il permet d'apporter un support aux familles ayant à leur charge un ou des parents âgés ou un proche.

Clientèle

Personnes nécessitant entre 5 et 35 heures par semaine de services en raison de leurs incapacités fonctionnelles.

Procédure

La même que pour le programme MAD.

Programme du Fonds Régional pour les personnes handicapées

Les services sont les mêmes que ceux du programme POSILTH à Montréal, mais les modalités d'attribution diffèrent un peu ; notamment, ce programme privilégie les allocations directes aux bénéficiaires (c'est à dire que le bénéficiaire reçoit une allocation, et il paie lui-même la personne chargée de lui fournir les services de maintien à domicile).

Soutien aux familles

Ce programme, destiné aux familles des personnes handicapées, offre les services suivants :

- des services de répit pour leur permettre de prendre un repos et de se ressourcer. À planifier à l'avance ;
- ° des services de gardiennage pour leur permettre d'assumer leurs activités professionnelles, sociales et culturelles ;
- des services de dépannage lorsque la famille a besoin d'être remplacée pour une courte période, pour de graves circonstances, etc.;
- des services d'assistance aux rôles parentaux.

Procédure

L'évaluation et les recommandations sont faites par un travailleur social ou un intervenant du réseau de la santé et des services sociaux (CLSC ou autre).

Mise en place des services

La subvention est directement attribuée à la famille qui doit fournir un rapport périodique sur l'utilisation des fonds dans le but de renouveler la subvention, le cas échéant.

Agences privées

Vous pouvez faire appel aux services d'une agence privée si votre situation financière le permet. De plus, plusieurs régimes d'assurance personnelle couvrent un pourcentage des frais de services de préposés ou autres. Plusieurs agences offrent des services d'aide à domicile aux personnes en perte d'autonomie. Pour obtenir des références, vous pouvez contacter votre CLSC ou consulter les «Pages Jaunes».

Les centres d'adaptation-réadaptation

L'adaptation-réadaptation est un ensemble d'actions impliquant des professionnels de différentes disciplines (physiothérapeute, ergothérapeute, travailleur social, orthophoniste, intervenant en basse vision, médecin, etc.) dont le but est d'aider la personne handicapée à développer ses capacités physiques et mentales ainsi que son potentiel d'autonomie sociale.

Le potentiel d'adaptation-réadaptation peut se réaliser dans un contexte d'hospitalisation et/ou sur une base externe. Certaines personnes ne sont pas contraintes à une hospitalisation mais peuvent avoir des besoins en réadaptation. Elles bénéficieront des services offerts par les ressources externes.

Les endroits énumérés ci-dessous offrent des programmes de réadaptation aux adultes handicapés du Québec.

Les Centres de réadaptation

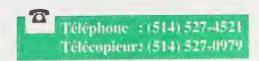
Région de Montréal

A.M.A. (Association montréalaise pour les aveugles) 7000, rue Sherbrooke Ouest Montréal (Québec) H4B 1R3 Déficience visuelle. Offre aussi des services sociaux, scolaires et de bénévolat.



- Centre de réadaptation Constance-Lethbridge 7005, boulevard de Maisonneuve Ouest Montréal (Québec) H4B 1T3 Déficience motrice
- Centre de réadaptation Lucie-Bruneau 2275, avenue Laurier Est Montréal (Québec) H2H 2N8 Déficience motrice

Téléphone : (514) 487-1770 Télécopieur: (514) 487-5494



- Centre Mackay
 3500, boulevard Décarie
 Montréal (Québec) H4A 3J5
 Déficiences auditive et motrice
- Téléphone : (514) 482-0500 Télécopieur: (514) 482-4536

◆ Hôpital Marie-Enfant 5200, rue Bélanger Est Montréal (Québec) H1T 1C9 Enfants déficience motrice Téléphone : (514) 374-1710 Télécopieur: (514) 374-7944

Premier et seul centre hospitalier du Québec spécifiquement voué à l'adaptation et la réadaptation des enfants et adolescents présentant des déficiences d'origine motrice entraînant une ou des incapacités ou handicaps.

- ◆ Institut de réadaptation de Montréal 6300, avenue Darlington Montréal (Québec) H3S 2J4

 Adultes déficience motrice
- Téléphone : (514) 340-2072 Télécopieur: (514) 340-2091

◆ Institut Raymond-Dewar 3600, rue Berri Montréal (Québec) H2L 4G9 Déficience auditive Téléphone : (514) 284-2581 Télécopieur: (514) 284-0699

Il offre toute une gamme de services à des personnes sourdes, malentendantes et sourdes-aveugles de tout âge.

Il dessert Montréal, Laval et tout l'Ouest du Québec.

Ailleurs au Québec

Bas-Saint-Laurent

 Centre de services de réadaptation L'InterAction
 Hôpital de Mont-Joli

Hopital de Mont-Joli 800, avenue Sanatorium Mont-Joli (Québec) G5H 3L6 Déficicences auditive, motrice, visuelle



Saguenay-Lac Saint-Jean

 ◆ Centre de réadaptation du Saguenay 766, rue du Cénacle Chicoutimi (Québec) G7H 2J2 Déficience visuelle



Région de Québec

- Centre François-Charon
 525, boulevard Wilfrid-Hamel Est
 Québec (Québec) G1M 2S8
 Déficience motrice
- Téléphone : (418) 529-9141 Télécopieur: (418) 529-7318
- ◆ Centre Cardinal-Villeneuve Inc. 2975, chemin Saint-Louis Sainte-Foy (Québec) G1W 1P9 Enfants, déficience motrice
- Téléphone : (418) 653-8766 Télécopieur: (418) 653-9263
- ◆ Centre Louis-Hébert
 525, boulevard Wilfrid-Hamel Est, Aile «J»
 Québec (Québec) G1M 2S8
 Déficience visuelle
- Téléphone : (418) 529-6991 Télécopieur: (418) 529-3450
- ◆ Institut des Sourds de Charlesbourg Inc.
 775, rue Saint-Viateur
 Charlesbourg (Québec) G2L 2S2
 Déficience auditive
- Téléphane : (418) 623-9801 Télécopieur: (418) 626-3914

Mauricie-Bois-Francs

- ◆ Centre hospitalier Cooke 3450, rue Sainte-Marguerite Trois-Rivières (Québec) G8Z 1X3 Adultes déficience motrice
- Téléphone : (819) 375-7713 Télécopieur: (819) 375-5659
- Clinique de réadaptation de Trois-Rivières 4100, rue Labadie Trois-Rivières (Québec) G9A 5M6
 Déficience motrice
- Téléphone : (819) 378-4083 Télécopleur: (819) 378-1354

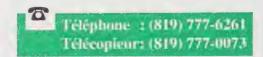
Estrie

Centre de réadaptation Estrie inc.
 1930, rue King Ouest
 Sherbrooke (Québec) J1J 2E2
 Déficiences auditive, motrice, visuelle



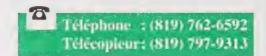
Outaouais

 Centre de réadaptation La Ressource 325, rue Laramée Hull (Québec) J8Y 3A4
 Déficiences auditive, motrice, visuelle



Abitibi-Témiscamingue

 ◆ Centre de réadaptation La Maison 100, Dr Lemay, C.P. 1055 Rouyn-Noranda (Québec) J9X 5C8
 Déficiences auditive, motrice, visuelle



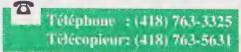
Côte-Nord

◆ CRI Côte-Nord
1250, rue Lestrat
Baie-Comeau (Québec) G5C 1T8
Déficience motrice



Gaspésie - Îles-de-la-Madeleine

Centre de réadaptation de la Gaspésie
230, Route du Parc, C.P. 370
Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G0E 2G0
Déficiences motrice, visuelle, auditive, de la parole et du langage



Laval

Hôpital juif de réadaptation
 3205, place Alton-Goldbloom
 Chomedey, Laval (Québec) H7V 1R2
 Adultes déficience motrice



e réseau de la santé et des services sociaux

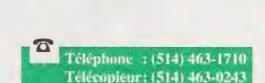
Lanaudière - Laurentides

 ◆ Centre de réadaptation Le Bouclier 260, rue Lavaltrie Sud Joliette (Québec) J6E 5X7
 Déficiences auditive, motrice, visuelle



Montérégie

- CLSC de la Haute-Yamaska 294, rue Déragon Granby (Québec) J2G 5J5 Déficiences auditive et motrice
- ◆ Institut Nazareth et Louis-Braille 1111, rue Saint-Charles Ouest Longueuil (Québec) J4K 5G4 Déficience visuelle



Téléphone : (514) 375-1442

Télécopieur: (514) 375-5655

Note: Les programmes, les clientèles et les modalités d'admission ou d'inscription diffèrent d'un endroit à un autre.

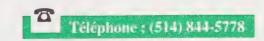
Cliniques privées

Il existe aussi des cliniques privées de réadaptation, de même que des ergothérapeutes offrant des services privés à domicile. Souvent, les honoraires sont partiellement couverts par les régimes d'assurance personnelle.

Vous pouvez obtenir des références en appelant à :

- La Corporation professionnelle des physiothérapeutes du Québec 1100, avenue Beaumont, bureau 530 Mont-Royal (Québec) H3P 3E5
- ◆ La Corporation professionnelle des ergothérapeutes du Québec 1259, rue Berri, bureau 710 Montréal (Québec) H2L 4C7









LA PHYSIOTHÉRAPIE

C'est loin d'être un luxe!

Jean-François a besoin de traitements au service externe de l'hôpital le plus près de chez lui. Il pourra marcher seul dans quelques mois et devenir de plus en plus autonome.

Le cas de Jean-François, comme celui de milliers d'autres au Québec, illustre comment la physiothérapie, pratiquée dans les services externes des établissements publics permet de soulager bien des maux, d'épargner bien des souffrances et de sauver des sommes importantes au Trésor public en permettant aux gens de se rétablir plus rapidement.

Dans un système de santé en changement, la physiothérapie est une solution à retenir.

Syndicat des physiothérapeutes et thérapeutes en réadaptation physique du Québec

Face à un trouble de communication. exigez une réponse professionnelle.



QUI SONT L'ORTHOPHONISTE ET L'AUDIOLOGISTE?

Les orthophonistes et les audiologistes sont les professionnels, de formation universitaire, qui examinent, évaluent et traitent les personnes présentant des troubles de la communication.



QUAND CONSULTER L'ORTHOPHONISTE ET L'AUDIOLOGISTE?

Une consultation avec l'orthophoniste se révèle nécessaire lorsqu'une personne présente des problèmes:

- de parole,
- de language, oral, ou écrit,
- de voix,
- de déglutition,
- de bégaiement, d'articulation.

L'audiologiste demeure le professionnel à consulter si une personne présente:

- une surdité, ou
- toute difficulté auditive ayant des répercussions sur la communication (conversation, télévision, téléphone).



Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter.

Ordre des Orthophonistes et Audiologistes du Québec

1265, rue Berri, bureau 730, Montréal (Québec) H2L 4X4 Téléphone: (514) 282-9123 Télécopieur: (514) 282-9541





ÉTABLISSEMENT PÉDIATRIQUE SPÉCIALISÉ EN ADAPTATION ET RÉADAPTATION PHYSIQUE

5200, rue Bélanger Est Montréal (Québec) H1T 1C9

Téléphone: (514) 374-1710

Seul centre hospitalier de soins de courte durée du Québec spécifiquement voué à l'adaptation des enfants et adolescents présentant des déficiences d'origine entraînant une ou des incapacités ou handicaps physiques.



ÉGALEMENT OFFERT SUR DISQUETTE

Québec ##

ÉDITION 1994-1995

Le complément parfait du Guide Accès +

Répertoire des régies régionales et des établissements de santé et de services sociaux

Un outil de travail indispensable si vous êtes appelé(e)s à communiquer avec les différents établissements de santé et de services sociaux du Québec.

On y retrouve notamment le nom, l'adresse, le numéro de permis, le statut (public ou privé), le mode de financement, la mission (centre hospitalier, CLSC, etc.) et la capacité autorisée au permis de chacun des quelque 2 800 établissements et installations qui y sont inscrits.

E0Q 2-551-13973-2 **24.95** \$ Également offert sur disquette

Version DOS et compatibles. Disquette 3 1/2".
Logiciel de recherche et de repérage. Une fonction
«utilitaire» permet l'impression d'étiquettes adhésives
pour imprimante laser ou matricielle.

E0Q 32694

EOQ 32694

Vente et information:

Chez votre libraire habituel

Commande postale: Les Publications du Québec C.P. 1005

Québec (Québec) G1K 7B5 Télécopieur: (418) 643-6177

1 800 561-3479

Téléphone: (418) 643-5150

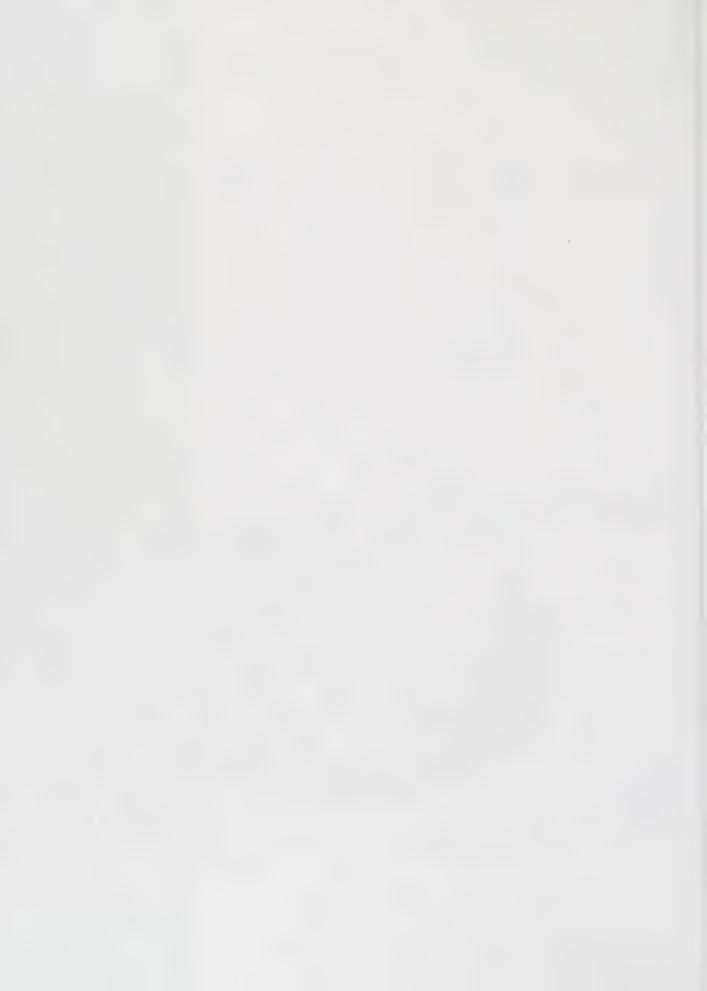
1 800 463-2100



CHAPITRE 6

Les
organismes
publics
s'occupant
des personnes
handicapées





Développement des ressources humaines Canada

n 1985, le ministre chargé de la condition des personnes handicapées a mis sur pied le Programme de participation des personnes handicapées.

L'aide financière et l'assistance technique consenties par le Fonds du Programme de participation des personnes handicapées ont aidé les organisations à modifier les attitudes, les systèmes et les façons d'agir qui empêchaient les personnes handicapées d'obtenir des emplois et d'avoir accès aux immeubles, aux biens, aux services et à l'information.

Les projets que finance le Fonds du Programme de participation des personnes handicapées doivent poursuivre l'un des trois objectifs suivants :

- la représentation des personnes handicapées ;
- l'amélioration de l'accès (aplanir les obstacles dans les attitudes, les institutions, l'information et la communication);
- la recherche de nouvelles solutions (stratégies innovatrices).

Ce programme est en vigueur jusqu'au 31 mars 1996 et peut être sujet à changements par la suite.

Pendant les années 1990, des intervenants municipaux et syndicaux, des membres d'associations professionnelles et de gens d'affaires ainsi que d'autres organismes ont commencé à s'interroger sur leurs propres pratiques et à adopter des approches positives afin que leurs programmes et leurs services deviennent plus accessibles et plus équitables. Le Programme de participation des personnes handicapées a alors créé un «Fonds de partenariat» afin que ces organismes puissent travailler de concert avec des groupes de personnes handicapées à cerner les problèmes et à y trouver des solutions.

Qu'est-ce-qu'un projet de partenariat?

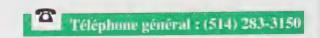
Il s'agit de projets conjoints réunissant, d'une part des groupes de personnes handicapées, et d'autre part, des entreprises ou des organismes syndicaux, gouvernementaux, bénévoles ou éducatifs. Les projets comportent des activités qui visent à accroître la participation des personnes handicapées à la vie économique et sociale du Canada ainsi qu'au processus décisionnel portant sur les enjeux qui les concernent. Ils ont également pour but de sensibiliser les Canadiens aux avantages que les collectivités peuvent retirer du fait de favoriser la pleine participation des personnes ayant une incapacité à tous les aspects de la vie quotidienne.

Objectifs du Fonds de partenariat

- Accroître l'accessibilité aux activités quotidiennes de la collectivité.
- Changer le processus décisionnel au sein de la collectivité.
- Promouvoir des attitudes positives.
- Adopter une nouvelle approche (pour les organismes, nouvelles façons d'offrir leurs services).

Renseignements

 Programme de participation des personnes handicapées (en vigueur jusqu'au 31 mars 1996) Bureau régional 1441, rue Saint-Urbain, 9e étage Montréal (Québec) H2X 2M6



L'OPHQ (L'Office des personnes handicapées du Québec)

OPHQ

309, rue Brock Drummondville (Québec) J2B 1C5 Téléphone : (819) 475-8585 Télécopieur : (819) 475-8753 Saus frais : 1 800 567-1465 Téléscripteur : 1 800 567-1477

Objectifs

- Veiller à la coordination des services dispensés aux personnes handicapées et en influencer le développement.
- Informer et conseiller les personnes handicapées.
- · Promouvoir leurs intérêts.
- Favoriser leur intégration scolaire, professionnelle et sociale.

Services offerts

- Accueil et référence.
- Assistance à la préparation d'un plan de services et dans les démarches auprès des ressources du milieu.
- Subventions aux centres de travail adapté pour une partie du salaire, des immobilisations ou des équipements.
- Contrat d'intégration au travail dans une entreprise.
- Centre de documentation qui met à votre disposition près de 10 000 ouvrages sur l'intégration sociale des personnes handicapées.
- Émission de vignettes de stationnement.

Ailleurs au Québec



L'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 727-3888 Télécopieur: (418) 727-3535

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 698-3542 Télécopieur: (418) 698-3546

Québec

Sainte-Foy

Téléphone : (418) 643-1599 Télécopieur: (418) 528-0277

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 371-6926 Télécopieur: (819) 371-6931

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 820-3771 Télécopieur : (819) 820-3337

Montréal

Téléphone : (514) 873-3905 Télécopieur: (514) 873-4299

Outaquais

Hull

Téléphone : (819) 772-3042 Télécopieur: (819) 772-3098

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone : (819) 762-0891 Télécopieur: (819) 797-8566

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone : (418) 589-2843 Télécopieur: (418) 589-9500

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Téléphone : (418) 368-5808 Télécopieur: (418) 368-5021

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone : (514) 569-3025 Télécopieur: (514) 569-3030

Montérégle

Longueuil

Téléphone : (514) 928-7430 Télécopieur: (514) 928-7437

À l'aide!

Vous pouvez demander l'aide de l'**OPHQ** pour obtenir des informations sur les ressources et services adaptés à vos besoins.

À noter qu'il est important de poursuivre vos démarches de votre côté pour faire avancer votre dossier.

Procédure

Le formulaire «Demande d'aide à la préparation et à la réalisation d'un plan de services» est disponible dans les bureaux régionaux de l'OPHQ, les CLSC et les centres de réadaptation.

- Remplir le formulaire afin de préciser vos besoins. Vous pouvez demander de l'aide pour le compléter, si nécessaire.
- Vous êtes admissibles à ces services à titre de personne handicapée au sens où la Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées le statue.
- L'OPHQ communique ensuite avec vous pour vérifier et préciser vos besoins, vos attentes et pour vous aider à trouver des solutions.

Note: Si certains de vos besoins requièrent une aide matérielle, vous devez vous assurer de fournir les recommandations d'une personne-ressource pour justifier l'aide demandée. Selon le cas, il peut s'agir de recommandations d'un ergothérapeute, d'un conseiller pédagogique, d'un conseiller en main-d'oeuvre, etc.

Veuillez prendre note cependant que suite à une décision du conseil des ministres, l'OPHQ n'accordera plus d'aide matérielle d'ici le 1er avril 1996 et ce, dans le but de responsabiliser les différents partenaires concernés.

Plusieurs documents publiés par l'OPHQ sont disponibles dans les librairies des Publications du Québec ou par commande postale à :

Les Publications du Québec
 C. P. 1005
 Québec (Québec) G1K 7B5

Se retrouvent aussi en librairie ordinaire.

Les documents sur cassette sont disponibles à :

◆ La Magnétothèque 1030, rue Cherrier Bureau 304 Montréal (Québec) H2L 1H9

Les documents en braille sont disponibles à :

◆ Institut Nazareth et Louis-Braille Centre d'information 1111, rue Saint-Charles Ouest Longueuil (Québec) J4K 5G4 Téléphone : (514) 524-6831 Sans frais : 1 800 361-0635

Téléphone: (418) 643-5150

Sans frais: 1800 463-2100

Téléphone : (514) 463-1710 Sans frais : 1 800 361-7063

LA COPHAN (Confédération des organismes provinciaux de personnes handicapées du Québec)

Confédération regroupant une quarantaine d'associations provinciales de personnes handicapées.

Le principe fondamental sur lequel repose la raison d'être de la COPHAN est le suivant : «L'amélioration des conditions de vie des personnes handicapées dans une optique d'intégration sociale».

Mission

En vue de défendre les droits et de promouvoir les intérêts des personnes qui ont des incapacités, la **COPHAN** regroupe et soutient les associations québécoises de personnes handicapées. Elle anime et supporte techniquement la concertation de ses membres et les représente sur mandat.

La COPHAN cherche à être une «ressource» facilitant le développement d'un réseau dynamique.

Publications

Info COPHAN Express.

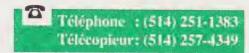
Liste des associations provinciales membres.

Plusieurs autres publications sont disponibles (étude sur les besoins des personnes handicapées, l'intégration scolaire, l'aide juridique, etc.).

Service d'orientation pour diriger les personnes vers les organismes dispensateurs de services dans leur région.

COPHAN

4810, de Rouen, 2e étage Montréal (Québec) H1V 3T4



NIC (Nous nous intégrons en commun inc.)

Objectifs

- Favoriser l'autonomie, l'intégration et la réinsertion sociale des personnes handicapées.
- Promouvoir, défendre et revendiquer leurs droits. Organiser, contribuer et participer aux tables de concertation.
- Regrouper les personnes handicapées et travailler avec elles pour l'amélioration de leurs conditions de vie.
- Sensibiliser la population à la problématique des personnes handicapées.
- Mettre sur pied et maintenir des services d'aide, d'information, d'orientation et d'animation pour le mieux-être des personnes handicapées.

Services offerts

- Formation.
- Centre de documentation.
- Journal l'UNIC.
- Organisation de séminaires.

Activités

Conférences, sessions d'information et consultation avec les instances concernées par certaines problématiques (accessibilité, logement, transport, etc.).

Renseignements

 Nous nous intégrons en commun inc. 1951, boulevard de Maisonneuve Est Bureau 002 Montréal (Québec) H2K 2C9





AMELPHO (Association multi-ethnique pour l'intégration des personnes handicapées du Québec)

Centre d'information et de référence

Offre des activités et des services aux personnes handicapées des communautés culturelles. Plus de vingt-cinq groupes ethniques parmi ses membres.

Objectifs

- Favoriser une meilleure intégration sociale des personnes handicapées, de leurs parents et de leurs amis appartenant aux différentes communautés culturelles.
- Promouvoir les droits et les intérêts de cette clientèle afin de faire disparaître les barrières raciales.
- Sensibiliser et informer le public sur les problèmes d'adaptation et d'intégration rencontrés par cette clientèle.
- Promouvoir diverses activités favorisant l'intégration des enfants handicapés.

Activités et services offerts

- Promotion et sensibilisation auprès d'organismes.
- Publication de documents et de journaux.
- * Appels, visites amicales, assistance et accompagnement. Services de traduction et d'interprétation.
- * Activités sociales et récréatives.
- Cours de français.
- * Série télévisée «Nous sommes encore là!», traitant des différents aspects de la problématique des personnes handicapées. «Nous sommes encore là!» est présentée au canal 9 du réseau Vidéotron Ltée aux heures suivantes:

- Lundi: 14 h 30

- Mercredi: 15 h

- Jeudi: 23 h

- Vendredi: 7 h

- Samedi: 23 h 30

- Dimanche: 23 h 30

À noter que le canal 9 est le canal communautaire de Vidéotron pour la région métropolitaine. Pour les autres régions, consultez votre télé-horaire.

Renseignements

AMEIPHQ

6462, boulevard Saint-Laurent Montréal (Québec) H2S 3C4

La Société pour les enfants handicapés du Québec

Objectif et services

La Société a pour mission de contribuer au maintien dans le milieu, à l'intégration et au développement personnel des jeunes handicapés, par le biais de services directs. La Société offre six services :

- Le Camp Papillon (colonie de vacances) situé à Saint-Alphonse-de-Rodriguez, près de Joliette, peut accueillir environ 1000 jeunes.
- La Garderie Papillon, située au 2300, boul. René-Lévesque Ouest, reçoit quotidiennement 60 enfants âgés de 18 mois à mois à 5 ans.
- La **Résidence Papillon** située au siège social, permet aux parents qui désirent prendre quelques jours de repos ou qui vivent une situation difficile, de placer, pour un bref séjour, leur(s) enfant(s) handicapé(s).
- Le **Transport Papillon** s'adresse aux enfants de 3 à 5 ans qui requièrent des traitements dans les hôpitaux ou dont les parents sont dans l'impossibilité d'assumer le transport à la **Garderie Papillon**. Trois minibus sont affectés à cette tâche cinq jours par semaines.
- Les ateliers pédagogiques dans les écoles primaires informent les jeunes sur la réalité des enfants handicapés.
- Ressources Papillon aide les garderies et les pré-maternelles à adapter leurs programmes pour répondre aux besoins particuliers de certains enfants.
- Les Villas Papillon permettent aux familles ayant des enfants handicapés ou à de petits groupes de personnes handicapées, de s'offrir des vacances en famille. Trois chalets adaptés sont mis à leur disposition entre septembre et juin, sur le site du Camp.

Renseignements

 Société pour les enfants handicapés du Québec
 2300, boulevard René-Lévesque Ouest Montréal (Québec) H3H 2R5



Autres organismes, région de Montréal

- KÉROUL
 Bureau de développement touristique pour personnes physiquement handicapées 4545, rue Pierre de Coubertin C.P. 1000, succursale M Montréal (Québec) H1V 3R2
- Téléphone : (514) 252-3104 Télécopieur: (514) 254-0766

- P.I.M.O.
 Promotion Intervention
 en Milieu Ouvert inc.
 420, rue Saint-Paul Est, bureau 103
 Montréal (Québec) H2Y 1H4
- Téléphone : (514) 844-1976 Télécopieur: (514) 982-0668

- A.Q.L.P.H.
 Association québécoise de loisirs pour personnes handicapées
- Téléphone : (514) 252-3144
- ◆ Loisirs pour personnes handicapées 525, rue Dominion, bureau 330 Montréal (Québec) H3J 2B7
- Téléphone : (514) 935-1109 Télécopieur: (514) 935-8597
- Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de la Rive-Sud de Montréal
 150, rue Grant, bureau 227
 Longueuil (Québec) J4H 3H6
- Téléphone : (514) 677-5005 Télécopieur: (514) 677-5005

- S.I.V.E.T. (Service d'interprétation visuelle et tactile) (L.S.Q.)
 6970, avenue Christophe Colomb
 3e étage, bureau 210
 Montréal (Québec) H2S 2H5
- Tél. (voix) : (514) 270-8709 ATS : (514) 270-8889 Télécopieur: (514) 270-0318
- Services communautaires catholiques

Téléphone : (514) 937-5351 Télécopieur: (514) 937-5548

Regroupements d'organismes et d'associations de personnes handicapées du Québec

En appelant les regroupements régionaux ci-dessous, vous pouvez obtenir les coordonnées de l'association qui vous concerne.

 Groupement des associations de personnes handicapées de la Rive-Sud de Montréal G.A.P.H.R.S.M.



386, rue Gentilly Ouest Longueuil (Québec) J4H 2A2

- Regroupement des associations de personnes handicapées de Richelieu-Yamaska 16 675, rue Desrochers Saint-Hyacinthe (Québec) J2T 3K3
- Téléphone : (514) 771-1002

- Association régionale des loisirs des personnes handicapées du Québec 59, rue Monfette, local 236 Victoriaville (Québec) G6P 1J8
- Téléphone : (819) 758-5464

 Regroupement de promotion pour personnes handicapées de la région 04 Sud 160, rue du Frère Dominique Bureau 4, C. P. 123 Nicolet (Québec) J3T 1A1 Téléphone ; (819) 293-5900

- Regroupement des organismes
 de promotion pour personnes handicapées
 de la Région 04 Nord
 766, rue Thibeau
 Cap-de-la-Madeleine (Québec) G8T 7A6
- Téléphone : (819) 372-1036 Télécopieur: (819) 374-5064

 Groupement des organismes de personnes handicapées du Saguenay 272, rue Du Séminaire Chicoutimi (Québec) G7H 4J3 Téléphone : (418) 545-6228 Télécopieur: (418) 545-7271

- Regroupement des associations de personnes handicapées de l'Abitibi-Témiscamingue 330, rue Perreault Est Rouyn-Noranda (Québec) J9X 3C6
- Téléphone : (819) 762-8956 Télécopieur : (819) 762-6848

- ♠ Regroupement des organismes de promotion du Bas-du-Fleuve 158, rue Saint-Germain Est Rimouski (Québec) G5L 1A8
- Téléphone : (418) 723-1807 Télécopiour : (418) 725-7411

- Regroupement des associations de personnes handicapées de la Gaspésie
 205, rue York Ouest
 C.P. 2247
 Gaspé Harbour (Québec) GOC 1S0
- Téléphone : (418) 368-6961 Télécopieur: (418) 368-6991

- ◆ Centre de l'amicale des handicapés de l'Outaouais
 405, rue Notre-Dame Gatineau (Québec) J8P 1L7
- Téléphone : (819) 663-2999 Télécopieur: (819) 663-5124
- Regroupement pour la concertation des personnes handicapées des Laurentides R.C.P.H.L.
 C.P. 97
 Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5T7
- Téléphone : (514) 438-7736

Organismes d'entraide / bénévolat

Pour connaître le centre d'action bénévole le plus près de chez vous, veuillez communiquer avec :

- La Fédération des centres d'action bénévole du Québec
 1246, rue Bishop, 3e étage Montréal (Québec) H3G 2E3
- L'Association des auxiliaires bénévoles des établissements de santé du Québec 505, boulevard de Maisonneuve Ouest Bureau 400 Montréal (Québec) H3A 3C2



Téléphone : (514) 282-4264 Télécopieur: (514) 282-4289

Plusieurs organisations, associations, clubs, ou autres organismes de votre paroisse offrent divers services aux personnes dans le besoin.

Pour l'entraide familiale, les services d'aide aux familles et le comptoir familial des paroisses, vous trouverez le numéro de téléphone dans l'annuaire, sous la rubrique **Paroisses catholiques.**

Vous pouvez aussi obtenir de l'aide de l'Armée du Salut et de la Société Saint-Vincent-de-Paul :

Armée du Salut

Téléphone : (514) 288-7441 Télécopieur: (514) 288-3521

Aillears na Québec

Téléphone: (418) 622-2332

Mauricie-Bois-Francs

Ouébec

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 371-3224

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 566-6298

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone: (514) 536-6210

 Société Saint-Vincentde-Paul



Vous pouvez trouver de l'aide par le biais du parrainage civique et des clubs sociaux:

 Parrainage Civique de la Banlieue Ouest de Montréal
 68, Prince Edward Avenue
 Pointe-Claire (Québec) H9R 4C7 Téléphone : (514) 694-5850 Télécopieur: (514) 694-1867

Partage humanitaire (Montréal)

Téléphone : (514) 681-1536 Téléphone : (514) 681-3484

♦ YMCA de Montréal

Téléphone : (514) 849-5863

Pour les clubs sociaux, autres que : Rotary Club, Club Optimiste, Club Lions, voir dans l'annuaire téléphonique à la rubrique Club.

Rotary Club (Montréal)

Téléphone : (514) 861-6385

♦ Club Optimiste (Montréal)

Téléphone : (514) 593-4401

♦ Club Lions (Montréal)

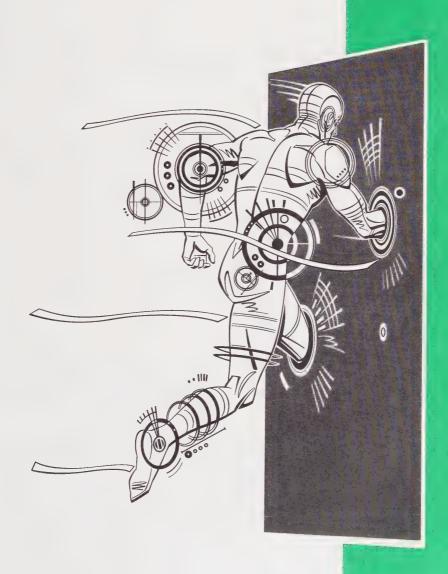
Téléphone : (514) 488-9363

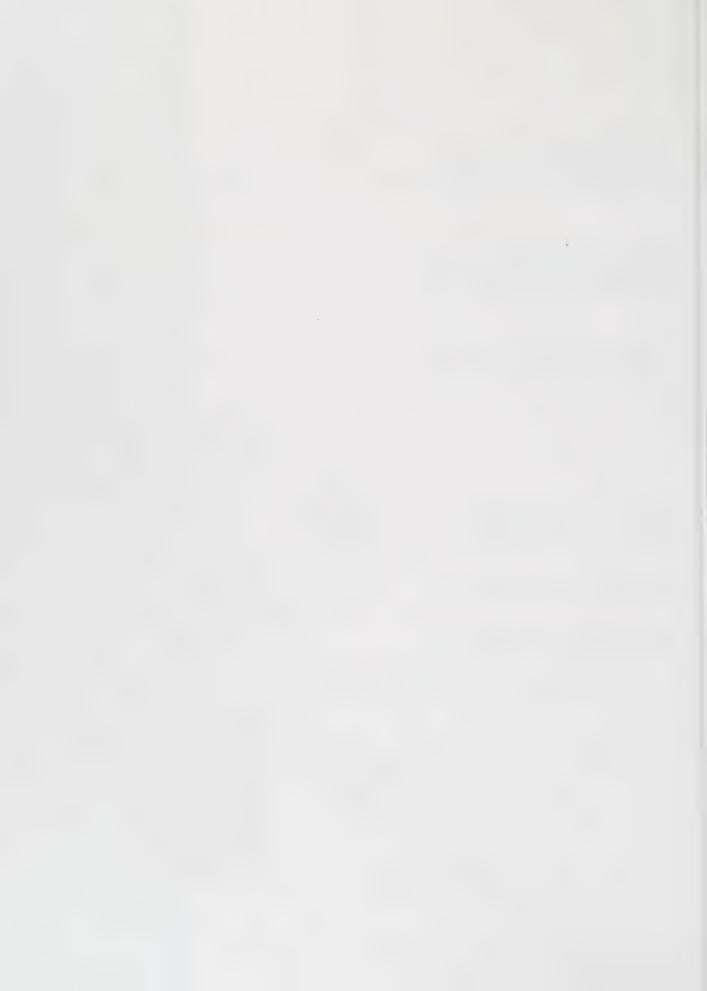
Note: Les centres de bénévolat ont des programmes de soutien civique ainsi que des popotes roulantes.

Une ressource au service du monde

Confédération des syndicats nationaux 1601 rue De Lorimier, Montréal H2K 4M5







es aides techniques sont des objets, appareils ou accessoires permettant à une personne handicapée de surmonter son incapacité. L'aide technique facilite le fonctionnement et l'autonomie de la personne.

Les différentes aides techniques

Téléphone adapté

Il est possible qu'en raison de votre condition, vous éprouviez de la difficulté à utiliser le téléphone (tenir le combiné, composer un numéro, voir les chiffres du cadran, parler assez fort ou clairement, entendre, etc.).

Appareils de marche

Cannes, béquilles, marchettes, cannes quadripodes et tous les autres accessoires reliés à la marche excluant les orthèses et les prothèses.

Orthèse

L'orthèse est une aide technique destinée à suppléer ou à corriger une fonction déficiente d'un organe ou d'un membre.

Ex.: orthèse pour cheville, collet cervical.

Prothèse

La prothèse est une aide technique destinée à remplacer, en tout ou partie, un organe ou un membre. *

Autres équipements

Tout ce qui peut désigner des aides à la vie quotidienne comme un banc de douche, un lève-patient, des appuis pour la toilette, etc., mais aussi des produits pour l'incontinence, des appareils respiratoires, etc.

*Source : RAMQ (Régie de l'assurance-maladie du Québec)



Le téléphone adapté

Le Centre des services adaptés de Bell peut satisfaire vos besoins particuliers par ses différents services et équipements.

Centre de services adaptés Bell



Voici quelques exemples d'équipements

Troubles de la vue

- Appareil Touch Tone.
- Cadran à gros chiffres.
- Clavier à gros chiffres.

Problèmes de motricité

- Appareil Touch Tone.
- Téléphone sans fil.
- Téléphone mains libres.
- · Casque ultra-léger et prise spéciale.

Troubles de la parole

- Combiné-amplificateur (amplifie le volume de la voix).
- Larynx artificiel (électronique).

Troubles de l'ouïe

Communiquer avec **Bell Canada** pour vous renseigner sur les appareils spéciaux qui pourraient vous aider à vous servir du téléphone. Les abonnés handicapés ont droit à des réductions sur certains appareils.

Bell Canada

Téléphone : (514) 391-0050 ATS : (514) 278-9476 Sans frais : 1 800 361-0685

Assistance du téléphoniste aux personnes sourdes ayant un ATS

Les personnes sourdes, malentendantes ou qui ont des problèmes d'élocution peuvent accéder plus facilement au service téléphonique grâce au nouveau numéro national 711 (si la technologie ne permet pas l'introduction du 711, utiliser le numéro 1 800 855-1155 (sans frais)).

De la même façon, les entendants n'auront qu'à composer, sans frais, le 1 800 855-0511 pour joindre le téléphoniste des services de relais à travers le Canada.

Le téléphoniste du service des relais lit à l'entendant le message transmis par l'utilisateur de l'ATS et achemine la réponse.

Service Voice Carry Over

Pour communication téléphonique entre un malentendant qui peut parler et utilisant un ATS, et entre une personne qui parle et entend.

Si l'appel vient du malentendant :

Il compose sur son ATS le 1 800 890-7579 et donne au téléphoniste le numéro de son interlocuteur. Une fois le malentendant et l'interlocuteur en ligne, le service relais sort de la communication.

Si l'appel vient de la personne qui parle et entend :

Cette personne compose le 1 800 577-7557, et ses paroles sont inscrites sur l'ATS de la personne malentendante. Cette dernière peut lui répondre par la voix.

Écoute de boîte vocale

Depuis le 1er février 1995, le Service-relais Bell offre le service d'écoute de boîte vocale, gratuitement, pour les usagers d'un téléscripteur (ATS).

Les personnes qui utilisent un ATS, téléimprimeur, etc. peuvent bénéficier d'une réduction de 50 % sur les frais interurbains.

On peut obtenir un formulaire de demande de réduction en s'adressant au centre de services adaptés de Bell.

Appareils de marche, orthèses, prothèses, et autres équipements

Achat - Aide financière d'organismes publics

Équipements défrayés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ)

Renseignements

Montréal: (514) 864-3411 Québec: (418) 646-4636 Sans frais: 1 800 561-9749

ATS

Québec : (418) 682-3939 Sans frais : 1 800 361-3939



Programme de prothèses, appareils orthopédiques, dispositifs, fauteuils roulants ou autres équipements

Ce programme s'adresse à tous les bénéficiaires du régime d'assurance-maladie aux prises avec une déficience ou une difformité physique. Les personnes ont droit aux services assurés suivants : l'achat, l'ajustement, le remplacement ou la réparation des orthèses, prothèses, fauteuils roulants ou autres équipements. Certains articles ne sont pas couverts par le programme : chaussures orthopédiques, orthèses plantaires («podiatriques»), corsets en tissu, prothèses du nez ou de l'oreille, appareils conçus spécialement pour la pratique d'un sport, bas élastiques, perruques, supports de baignoire et rampes d'accès au domicile, etc.

Procédures

• Orthèses et prothèses : la personne doit se procurer une ordonnance d'un médecin orthopédiste, d'un physiatre, d'un neurologue, d'un neurochirurgien ou d'un rhumatologue. Un spécialiste en chirurgie générale peut, à certaines conditions, délivrer une ordonnance pour des prothèses des membres inférieurs.

Les services doivent être dispensés par un établissement ou un laboratoire reconnus par la RAMQ.

• Fauteuils roulants : la personne doit se procurer un certificat médical délivré par un médecin orthopédiste, un physiatre, un neurologue, un neurochirurgien ou un rhumatologue. Certains omnipraticiens attachés à certains centres de réadaptation peuvent délivrer un certificat.

Les spécifications techniques de l'appareil doivent être établies dans un établissement reconnu par la RAMQ. Pour bénéficier de la garantie du fabricant, les ajustements et les réparations doivent être effectués par le même établissement.

Les établissements et laboratoires reconnus par la RAMQ

Au Québec

Saguenay-Lac Saint-Jean

Hôpital de Chicoutimi inc. Téléphone: (418) 549-2195, poste 262

Ouébec

Québec

Centre François-Charon Téléphone : (418) 529-9141, poste 200

Estrie

Sherbrooke Centre de réadaptation de l'Estrie inc

Téléphone: (819) 346-8411

Montréal

Montréal

Centre de réadaptation Constance-Lethbridge Téléphone : (514) 487-1770

Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

Téléphone: (514) 527-4521,

reiepnone : (514) 527-4521

poste 319

Hôpital Marie-Enfant

Téléphone: (514) 374-1710 Hôpital Sainte-Justine Téléphone: (514) 345-4931,

poste 4666

Au Québec



Les établissements et laboratoires reconnus par la RAMO (suite)

Institut de réadaptation de Montréal

Téléphone: (514) 340-2085,

poste 243

Outaouais

Hull

Centre d'adaptation et de réadaptation La Ressource Téléphone : (418) 777-6261,

poste 45

Abitibi-Témiscamingue

Centre hospitalier Hôtel-Dieu d'Amos

Téléphone: (819) 732-3341,

poste 453

Maison Rouyn-Noranda inc.

Téléphone: (819) 762-6592,

poste 411

Lanaudière

.Joliette

Centre de réadaptation Le Bouclier

Sans frais: 1 800 363-2783

Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Laboratoire orthopédique Nouvelle Génération inc.

Téléphone: (418) 725-3776

Saguenay-Lac Saint-Jean

Sainte-Hedwidge

Idectro Inc.

Téléphone: (418) 275-4795

Chicoutimi

Laboratoire Ortho-Médic du

Fjord Enr.

Téléphone: (418) 698-1288

Québec

Ouébec

Clinique d'appareillage orthopédique AR-CO inc.

Téléphone: (418) 872-2944 Laboratoire d'orthèse-prothèse Malcolm Tremblay

Téléphone: (418) 522-3587 Prothèses et orthèses Savard Téléphone: (418) 681-6381

Vanier

Prothèses et Orthèses La Capitale inc.

Téléphone: (418) 681-4722

Mauricie-Bois-Francs

Cap-de-la-Madeleine

Centre d'orthèses et de prothèses de la Mauricie inc.

Téléphone : (819) 375-2855 Services orthopédiques

Lapointe inc.

Téléphone: (819) 372-0564

Estrie

Sherbrooke

Orthèse-prothèse Rive-Sud inc.

Téléphone: (819) 564-1450

Montréal

Centre d'appareillage orthopédique métropolitain inc.

Téléphone: (514) 335-9935 Centre Orthomédic P.& S. inc.

Téléphone: (514) 722-3395

J.-E. Hanger ltée

Téléphone: (514) 489-8213

J. Slawner ltée

Téléphone : (514) 731-3378 Les appareils orthopédiques

BBG inc.

Téléphone: (514) 484-2313 Les Équipements Médicus Itée

Téléphone: (514) 525-3757

Orthèses plus spécialités inc. Téléphone: (514) 374-7777

Westmount

Ortho Sport Canada inc. Téléphone : (514) 939-1702

Outaouais

Hull

Les Orthèses V.R.A.M. inc. Téléphone: (819) 777-2833

Pro-Orthotek inc.

Téléphone: (819) 568-3333

Pontiac

Service régional de prothèses et d'orthèses Viau ltée

Téléphone: (819) 684-4173

Chaudière-Appalaches

Lévis

Service orthopédique Régional inc.

Téléphone: (418) 837-8811

Saint-Georges

Orthèse et prothèse de Beauce inc.

Téléphone: (418) 227-5333

Laval

Orthoconcept Québec inc. Téléphone : (514) 663-6700

Lanaudière

Joliette

Centre orthopédique Joly inc. Téléphone : (514) 759-3025

Repentigny

Clinique orthopédique d'orthèses-prothèses Est Téléphone: (514) 654-9681

Montérégie

Lemoyne

Orthèse-prothèse Rive-Sud inc. Téléphone: (514) 672-0078

2

Programme d'aides visuelles

Ce programme s'adresse aux personnes considérées comme handicapées visuelles

- acuité visuelle pour chaque oeil inférieure à 6/21 après correction avec des lentilles ophtalmiques appropriées ou champ de vision de chaque oeil inférieur à 60° dans les méridiens 180° et 90°;
- inaptitude à lire, à écrire ou à circuler dans un environnement non familier.

L'âge limite de participation au programme est de 36 ans. Les personnes de plus de 36 ans peuvent bénéficier du programme si elles ont déjà reçu une aide alors qu'elles étaient âgées de moins de 36 ans, de même que les personnes qui exercent un emploi ou poursuivent des études, quel que soit leur âge. De plus, tout handicapé visuel, indépendamment de son âge, a droit aux cannes et à certaines aides à l'écriture.

Le programme offre les services assurés suivants

- aides à la lecture, comme par exemple des appareils de conversion des impulsions optiques en impulsions tactiles ;
- aides informatiques à l'écriture ou à la lecture comme par exemple des logiciels de grossissement de caractères ;
- aides à l'écriture comme par exemple des machines à écrire en braille ;
- aides à la mobilité comme par exemple des détecteurs électroniques d'obstacles ou des montants pour l'acquisition et l'entretien d'un chien-guide.

Ces appareils sont achetés, ajustés et entretenus par les établissements conventionnés (qui sont remboursés par la RAMQ) et prêtés aux personnes après une période d'apprentissage.

Procédure

Pour bénéficier du programme, vous devez faire une demande à l'un des 8 centres conventionnés chargés de son application, en présentant votre carte d'assurance-maladie ainsi que les résultats d'un examen de la vue récent.

Liste des centres conventionnés spécialisés dans la réadaptation pour les personnes ayant une déficience visuelle



Bas-Saint-Laurent

Hôpital de Mont-Joli inc. Téléphone: (418) 775-7261

Saguenay-Lac Saint-Jean

Centre d'entraînement à la vie de Chicoutimi inc.

Téléphone: (418) 549-4003

Québec

Centre d'accueil Louis-Hébert inc.

Téléphone: (418) 529-6991

Mauricie-Bois-Francs

Clinique de réadaptation de Trois-Rivières

Téléphone: (819) 378-4083

Estrie

Sherbrooke

Centre de réadaptation

Estrie inc.

Téléphone: (819) 346-8411

Montréal

Association montréalaise pour les aveugles

Téléphone: (514) 489-8201

Lanaudière

Repentigny

Centre de réadaptation Le Bouclier

Téléphone: (514) 582-2174

Montérégie

Longueuil

Institut Nazareth et Louis-Braille

- Complexe Saint-Charles

Téléphone : (514) 463-1710 Sans frais : 1 800 361-7063

Programme d'aides auditives

Ce programme vise à fournir aux personnes ayant une déficience auditive des prothèses et des aides de suppléance à l'audition.

Prothèse auditive

Appareil ou dispositif électronique servant à l'amélioration de l'audition.

Aide de suppléance à l'audition

Appareil spécifique servant à suppléer à une incapacité auditive, à réduire ou empêcher une situation de handicap sur le plan de l'intégration scolaire ou professionnelle ou du maintien à domicile (par exemple : décodeur, téléscripteur, réveil, etc.)

Les personnes suivantes peuvent bénéficier du programme

- la personne dont l'oreille qui a la capacité d'audition la plus grande est affectée d'une déficience auditive d'au moins 35 décibels (sans limite d'âge);
- la personne qui poursuit ses études et qui est atteinte à une oreille d'une déficience auditive d'au moins 25 décibels (sans limite d'âge);

- la personne âgée de 12 à 18 ans qui est atteinte à une oreille d'une déficience d'au moins 25 décibels ;
- l'enfant âgé de moins de 12 ans qui est atteint d'une déficience auditive pouvant compromettre son développement au niveau de la parole et du langage;
- la personne qui, en plus d'une déficience auditive, présente d'autres déficiences et dont l'ensemble des limitations fonctionnelles empêchent son intégration scolaire ou professionnelle (sans limite d'âge).

Le programme offre les services assurés suivants

- l'achat, le remplacement (dans certaines situations), l'ajustement et la réparation d'une prothèse auditive et, dans certains cas, d'une deuxième ;
- * dans le cas des prothèses intra-auriculaires, l'embout de la prothèse et la prise d'empreinte de la coquille ;
- ° dans le cas des prothèses de corps, le coût de remplacement d'une corde, d'un couvercle, d'un récepteur, d'un harnais et d'une pochette;
- ° les prothèses sont livrées avec les piles. Par la suite, les piles sont achetées par le bénéficiaire;
- l'achat, le remplacement et l'entretien d'une aide de suppléance à l'audition, dans la mesure où celle-ci est essentielle à l'intégration scolaire ou professionnelle de la personne ou à son maintien à domicile;
- ° l'entretien des prothèses auditives ou des aides de suppléance à l'audition non payées par la RAMQ, à condition qu'elles soient inscrites sur la liste des appareils assurés.

Procédures

Prothèse auditive

La personne doit se procurer un certificat médical rédigé par un oto-rhino-laryngo-logiste et fournir :

- un audiogramme (courbe de la sensibilité d'une oreille aux divers sons) signé par un oto-rhino-laryngologiste ou un audiologiste ;
- une attestation de la nécessité d'une prothèse auditive signée par l'oto-rhinolaryngologiste ou l'audiologiste;
- * une attestation de fréquentation scolaire, pour les personnes de plus de 18 ans qui sont aux études.

La personne doit ensuite se présenter chez un audioprothésiste agréé par la RAMQ pour obtenir la prothèse. C'est l'audioprothésiste qui se fait rembourser par la RAMQ. Pour connaître l'adresse du spécialiste le plus près de chez vous, veuillez communiquer avec la RAMQ.

Aide de suppléance à l'audition

La personne doit également fournir un certificat médical rédigé par un oto-rhino-laryngologiste ainsi qu'un audiogramme signé par un oto-rhino-laryngologiste. En plus, elle doit fournir :

- une évaluation globale de ses déficiences et limitations fonctionnelles, établie par un audiologiste ou un orthophoniste;
- une recommandation de l'aide de suppléance à l'audition nécessaire, signée par un audiologiste.

La personne doit ensuite se présenter chez un distributeur agréé par la RAMQ. Pour connaître l'adresse du spécialiste le plus près de chez vous, veuillez communiquer avec la RAMQ.

Équipements défrayés aux prestataires de la Sécurité du revenu

Le ministère de la Sécurité du revenu peut verser des prestations spéciales aux personnes ayant des besoins particuliers pour le coût d'achat ou de location de prothèses, orthèses et autres accessoires. Cependant, ce montant ne doit pas être couvert par la RAMQ.

Liste des équipements concernés

- · Bandes herniaires.
- Corsets orthopédiques.
- Bandes en coton (abdominale, thoracique, etc.).
- Bas élastiques.
- · Orthèses (cervicales, pour les membres supérieurs et inférieurs).
- Accessoires reliés aux systèmes urinaire et digestif (cathéters, sacs à drainage, urinoirs, couches, culottes d'incontinence).
- Chaise d'aisance.
- Siège de toilette ajustable.
- Appuis pour la toilette.
- Barres d'appui pour le bain.
- Cannes, béquilles, marchettes (achat et location).
- Lits d'hôpitaux, matelas et côtés de lit (achat et location).
- Appareils respiratoires (achat et location).
- · Chaussures orthopédiques et orthèses plantaires.

Un montant fixe est accordé à chaque équipement et il peut y avoir une franchise pour certains d'entre eux.

Procédure

Vous devez fournir une prescription médicale et une soumission évaluant le coût d'achat ou de location à votre agent d'aide sociale.

Renseignements



L'agent d'aide sociale de votre bureau de district est en mesure de vous donner plus de détails sur les critères et les règlements relatifs aux équipements.

Note: Les prestations spéciales couvrent le coût de location d'un équipement si celui-ci n'excède pas le coût d'achat.

Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)

L'OPHQ peut apporter une aide financière pour des équipements reliés à la vie quotidienne (ex. : banc de douche, lève-personne, téléphone sans fil), pour des systèmes d'ouverture de porte, des systèmes de contrôle électronique et pour des fournitures reliées à l'incontinence (couches, culottes d'incontinence, etc.). Toutefois, la liste d'attente est longue et il est souvent nécessaire de faire des démarches simultanément auprès d'autres organismes payeurs.

Renseignements

- OPHQ
 Drummondville
- OPHQ Montréal
- OPHQ Québec

- Téléphone : (819) 475-8585 Sans frais : 1 800 567-1465 Télécopieur: (819) 475-8753 ATS : 1 800 567-1477
- Téléphone : (514) 873-3905
- Téléphone : (418) 643-1599

Procédure

Remplir le formulaire «Demande d'aide à la préparation et à la réalisation de mon plan de services » disponible à l'OPHQ et dans les CLSC, en précisant tous vos besoins.

- pour justifier l'aide requise, fournir les recommandations d'un ergothérapeute ou d'un autre intervenant selon l'équipement demandé ;
- pour obtenir les services d'un ergothérapeute, ou autre, vous pouvez vous adresser à votre CLSC* en demandant le programme de maintien à domicile. Un délai d'attente est à prévoir si vous n'êtes pas déjà suivi.

Renseignements

 OPHQ Montréal Téléphone : (514) 873-3905

Direction des bureaux régionaux

Téléphone : (819) 475-8585 Sans frais : 1 800 567-1465

Si vous ne savez pas à quel CLSC vous adresser, veuillez communiquer avec :

◆ La Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448

Sans frais : 1 800 361-4661

Télécopieur: (514) 873-7062

Note: Il est prévu de transférer les services d'aides techniques et d'adaptation de véhicules de l'OPHQ à la RAMQ et à la SAAQ, et ce en date du 1er avril 1996. Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le chapitre 10 (Les moyens de transport).

Fonds régional des Régies régionales de la santé et des services sociaux

Pour connaître les coordonnées de la régie régionale de votre région :

 Conférence des régies régionales de la santé et des services sociaux



La personne handicapée qui ne peut assumer les frais d'acquisition d'un équipement nécessaire à son retour ou à son maintien à domicile peut obtenir cet équipement si celui-ci est recommandé par :

- le CLSC;
- le centre hospitalier de soins de courte durée ;
- le centre de réadaptation qui lui assure les soins et les services.

Il peut s'agir d'équipements pour la salle de bains (ex. : banc de douche, barre d'appui), d'équipements de transfert, etc. Cependant, les frais ne doivent pas être couverts par un autre programme gouvernemental (RAMQ, ministère de la Sécurité du revenu ou OPHQ).

Procédure

Consulter l'intervenant du CLSC ou de l'établissement dans lequel vous êtes suivi. Sinon, veuillez communiquer avec le CLSC et demander le maintien à domicile. Une évaluation de vos besoins sera effectuée par téléphone et, si on le juge nécessaire, un intervenant vous rencontrera à domicile.

Délai

Si vous êtes déjà suivi par votre CLSC, les demandes seront traitées assez rapidement. Les délais dépendent surtout du budget du Fonds régional.

Note: Un équipement défrayé par le Fonds régional demeure la propriété de l'établissement qui l'a recommandé (CLSC, centre hospitalier ou de réadaptation). De plus, s'il s'agit d'un besoin temporaire, l'établissement prêtera plutôt l'équipement si celui-ci est disponible.

Anciens Combattants Canada

Si vous êtes un ancien combattant, vous pourriez avoir droit au remboursement de certains équipements :

- aides à la marche;
- aides personnelles;
- aides pour la chambre à coucher et pour la salle de bains ;
- fournitures médicales renouvelables et jetables.

Le ministère des Affaires des anciens combattants émet aux clients admissibles une carte d'identité décrivant les programmes et les prestations auxquels ils ont droit.

Pour plus d'informations concernant les programmes et les prestations auxquels vous avez droit, communiquez avec le :

 Ministère des Affaires des anciens combattants
 Bureau régional du Québec 4545, chemin Reine-Mary Montréal (Québec) H3W 1W4





CRIDEAT - Montréal (Centre régional d'information, de démonstration et d'évaluation des aides techniques)

Le CRIDEAT est situé dans les locaux de l'Institut de réadaptation de Montréal (6300, avenue Darlington, Montréal, H3S 2J4). Cette ressource complémentaire aux activités de réadaptation fournit aux usagers des informations sur un éventail d'aides techniques commercialement disponibles, et peut offrir un service de consultation pour un choix judicieux.

Clientèle

Toute personne handicapée qui nécessite une aide technique pour favoriser son autonomie. Tout intervenant qui doit recommander des aides techniques à ses clients.

Territoire

La région de l'ouest de Montréal.

Services

- · Consultation au besoin.
- Formation.
- Informations sur un éventail d'aides techniques (banque de données).

Démonstration

Sur rendez-vous (possibilité de voir et de faire l'essai des aides techniques en démonstration).

Évaluation

Un ergothérapeute consultant peut évaluer les besoins d'un client en aides techniques et faire les recommandations appropriées en collaboration avec les professionnels traitants.

Vous pouvez obtenir les services de l'ergothérapeute consultant du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30.

Renseignements ou prise de rendez-vous



Achat - Aide financière d'organismes privés

Assurances personnelles

Plusieurs régimes d'assurances personnelles peuvent couvrir les frais d'achat ou de location d'équipements pour les personnes handicapées. Vérifiez votre contrat avant de faire appel à un autre agent payeur. Vous pourriez vous éviter des démarches inutiles.

Par ailleurs, il peut être pertinent de faire appel aux services d'un ergothérapeute pour vous aider à identifier l'équipement ou l'appareil qui serait le plus approprié à votre condition.

Pour obtenir les services d'un ergothérapeute, adressez-vous à votre CLSC dans le cadre du programme de maintien à domicile. Prévoir un délai d'attente si vous n'êtes pas déjà suivi.

Si vous ne savez pas à quel CLSC vous adresser, veuillez communiquer avec :

♦ La Fédération des CLSC du Québec



Les Amputés de guerre du Canada

Cette association fournit une aide financière pour l'achat de membres artificiels et d'appareils spécialisés pour les adultes amputés.

Par le biais de son programme pour enfants amputés (Les Vainqueurs), cette association offre aux adhérents une aide spécialisée, tant au point de vue financier que moral.

Pour tout renseignement, adressez-vous à :

Les Amputés de guerre-Québec 606, rue Cathcart, bureau 530 C.P. 11027, succursale Centre-ville Montréal (Québec) H3C 4W6

Montréal

Téléphone : (514) 398-0759

Ottawa

- Renseignements généraux
- Programme Les Vainqueurs
- Étiquettes/adresses, plaques porte-clés

- Téléphone : 1 800 465-2677
- Téléphone : 1 800 267-4023
- Téléphone : 1 800 268-8917

Parade des Dix Sous

La Parade des Dix Sous peut défrayer le coût d'achat d'équipements spécialisés pour adultes handicapés à faible revenu.

Procédure

Selon l'équipement demandé et un devis, un ergothérapeute ou un autre professionnel doit faire une demande écrite. Pour obtenir les services d'un professionnel, vous pouvez vous adresser à votre CLSC en demandant le maintien à domicile. Prévoir un délai d'attente si vous n'êtes pas déjà suivi.

Délai

Deux à trois semaines après avoir fourni tous les documents.

Renseignements

Parade des Dix Sous

 1000, rue Saint-Antoine Ouest
 Bureau 410
 Montréal (Québec) H3C 3R7



Club Rotary

Dans certains cas, le Club Rotary peut défrayer le coût de fauteuils roulants, d'accessoires de fauteuil roulant ou autres équipements spécialisés pour personnes handicapées. Chaque demande est étudiée individuellement par un comité.

Procédure

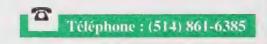
La personne handicapée doit adresser une demande écrite au président du comité des services sociaux du Club Rotary et fournir un devis des coûts pour l'équipement demandé.

Délai

Une à deux semaines après avoir fourni les documents.

Renseignements

Club Rotary de Montréal
 1, Place du Canada
 Montréal (Québec) H3B 4C9



Prêt d'aides techniques

Il est possible que vous ayez besoin d'un équipement pour une période déterminée, que ce soit pour une convalescence ou dans l'attente d'une subvention. Les organismes suivants peuvent prêter certains équipements :

- Les CLSC:
- La Parade des Dix Sous à Montréal.
- L'Association canadienne de la dystrophie musculaire L'ACDM



Pour plus d'informations, consultez la section «Fauteuils roulants » de ce chapitre.

Location d'aides techniques

Vous pouvez bénéficier d'un service de location d'équipements dans la plupart des magasins d'équipements spécialisés pour personnes handicapées. Aussi, plusieurs pharmacies offrent ce service pour des appareils de marche.

Tel que mentionné précédemment, les prestataires de la **Sécurité du revenu** peuvent obtenir des prestations spéciales pour la location d'appareils de marche, de lits d'hôpitaux et d'appareils respiratoires.

ses aides techniques

Fauteuils roulants

Achat - Aide financière d'organismes publics RAMQ (Régie de l'assurance-maladie du Québec)

Renseignements

Montréal ; (514) 864-3411 Québec : (418) 643-4636 Sans frais : 1 800 561-9749

Dans le cadre de son programme de prothèses, appareils orthopédiques, dispositifs et autres équipements, la RAMQ peut défrayer le coût d'un fauteuil roulant motorisé ou à propulsion manuelle. Cependant, il doit être prescrit par l'un des cinq spécialistes suivants : orthopédiste, physiatre, neurologue, neurochirurgien, rhumatologue, et une évaluation doit être faite dans un établissement reconnu par la Régie.

De plus, la RAMQ peut couvrir le coût des ajustements et des réparations d'un fauteuil roulant qu'elle a défrayé.

La RAMQ paie un fauteuil (manuel ou motorisé) pour une période de cinq ans. Lors du renouvellement du fauteuil roulant, l'ancien est récupéré par l'établissement qui a fait l'évaluation. Les établissements reconnus par la RAMQ sont énumérés en page XXX

Note: Tous les types de fauteuils roulants ne sont pas défrayés par la RAMQ. Si vous désirez un modèle ou une marque spécifique, vérifiez auprès de la Régie ou du centre concerné. La plupart des magasins d'équipements pour personnes handicapées sont aussi en mesure de vous donner cette information.

Ministère de la Sécurité du revenu (prestataires de la Sécurité du revenu)

Le Ministère de la Sécurité du revenu peut verser des prestations spéciales pour le coût d'achat ou de location d'un fauteuil roulant *, si le montant n'en est pas couvert par la RAMQ.

* Des prestations spéciales peuvent être versées pour d'autres équipements. Vous en trouverez la liste dans la section «Équipements défrayés aux prestataires de la Sécurité du revenu»

Procédure

Vous devez fournir à votre agent d'aide sociale une prescription médicale ainsi qu'une soumission évaluant le coût d'achat ou de location. Vous pouvez bénéficier des services d'évaluation d'un centre de réadaptation tel que décrit précédemment.

es aides techniques

Renseignements généraux



Vous pouvez aussi communiquer avec votre agent d'aide sociale.

Note: Les prestations spéciales couvrent le coût de location d'un fauteuil roulant si le prix n'excède pas le coût d'achat.

Achat - Aide financière d'organismes privés

Club Rotary

Dans certains cas, le Club Rotary peut défrayer le coût de fauteuils roulants, d'accessoires de fauteuils roulants aux personnes handicapées. Chaque demande est étudiée individuellement par un comité.

Procédure

La personne handicapée doit adresser une demande par écrit au président du comité des services sociaux et fournir un devis des coûts pour l'équipement requis.

Délai

Une à deux semaines après avoir fourni les documents.

Renseignements

Club Rotary
 1, Place du Canada
 Montréal (Québec) H3B 4C9



Parade des Dix Sous à Montréal

La Parade des Dix Sous peut défrayer le coût de fauteuils roulants et d'accessoires de fauteuils roulants aux adultes handicapés à faible revenu.

Procédure

Fournir une demande écrite par un ergothérapeute ou un autre professionnel de la santé ainsi qu'un devis.

Délai

Une à deux semaines après avoir fourni les documents.

es aides techniques

Renseignements

 Parade des Dix Sous 1000, Saint-Antoine Ouest, bureau 410 Montréal (Québec) H3C 3R7



Fauteuils roulants usagés

Vous pouvez acheter un fauteuil usagé pour diverses raisons :

- vous avez déjà un fauteuil roulant motorisé et payé par la RAMQ, mais vous trouveriez utile d'avoir un fauteuil manuel que vous pourriez plier et transporter dans la voiture ;
- vous ne correspondez pas aux critères de la RAMQ et n'avez pas d'argent pour en acheter un neuf, etc.

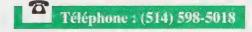
Si vous choisissez d'acheter un fauteuil usagé, assurez-vous que le fauteuil choisi a les dimensions et les caractéristiques (poids, appui-jambes et appui-bras amovibles ou non, hauteur et largeur du siège, hauteur du dossier, etc.) correspondant à vos besoins. Faites-vous conseiller par votre ergothérapeute et assurez-vous d'avoir en note les dimensions car votre posture et votre confort en dépendent.

Comme pour l'achat de tout article usagé, vérifiez l'état du fauteuil, la garantie, etc. Enfin, magasinez!

Voici, à Montréal, des endroits où vous pouvez obtenir un fauteuil roulant usagé :

- Centre de réadaptation
 Constance-Lethbridge
 7005, boulevard de Maisonneuve Ouest
 Montréal (Québec) H4B 1T3
- Centre de réadaptation Lucie-Bruneau Module des aides techniques
 2275, avenue Laurier Est Montréal (Québec) H2H 2N8
- ♦ Institut de réadaptation de Montréal Département des aides technologiques 6300, avenue Darlington Montréal (Québec) H3S 2J4







À l'extérieur de Montréal, veuillez contacter l'établissement reconnu par la RAMQ le plus près de chez vous. La liste de ces établissements apparaît précédemment dans ce chapitre.

les aides techniques

Prêt de fauteuils roulants

Il est possible que vous ayiez besoin d'un fauteuil roulant pour une période déterminée; pour une convalescence, une sortie spéciale ou simplement en attendant de recevoir votre fauteuil roulant personnel. Quelques organismes acceptent de prêter un fauteuil roulant moyennant certains critères.

CLSC (Centres locaux de services communautaires)

La plupart des CLSC ont des fauteuils roulants à la disposition de leur clientèle. Les politiques de prêt peuvent différer d'un CLSC à l'autre.

Pour plus d'informations, contactez le CLSC de votre territoire. Si vous ne savez pas à quel CLSC vous adresser, contactez :

• Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661 Télécopieur: (514) 873-7062

SCSP (Société canadienne de la sclérose en plaques) Division du Québec

La SCSP prête des fauteuils roulants à court ou moyen terme à la clientèle atteinte de sclérose en plaques. Cependant, vous devez avoir entrepris des démarches pour l'obtention d'un fauteuil roulant.

Procédure

Faire compléter le formulaire d'évaluation de la SCSP par un professionnel de la santé. Ce formulaire peut être obtenu à la SCSP.

Renseignements

SCSP



La Parade des Dix Sous à Montréal

La Parade des Dix Sous peut vous aider à vous procurer un fauteuil roulant.

Procédure

Obtenir une prescription médicale certifiant le diagnostic, la déficience ou l'incapacité.

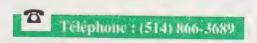
es aides techniques

Durée du prêt

Peut aller jusqu'à huit mois.

Renseignements

Parade des Dix Sous



Location de fauteuils roulants

Quatre des établissements de Montréal reconnus par la RAMQ offrent aussi un service de location de fauteuils roulants.

- Centre de réadaptation Constance-Lethbridge
- Centre de réadaptation Lucie-Bruneau Module des aides techniques
- Hôpital Sainte-Justine
- Institut de réadaptation de Montréal Département des aides techniques
 - À Québec
- **♦** Le Centre François-Charon



- Téléphone : (514) 340-2080
- Téléphone : (514) 598-5018
- Téléphone : (418) 649-3700

Ailleurs au Québec

Veuillez vous renseigner auprès de l'établissement reconnu par la RAMQ le plus près de chez vous. La liste de ces centres apparaît précédemment dans ce chapitre.

Service de location

Vous pouvez en trouver dans la plupart des magasins d'équipements spécialisés pour personnes handicapées ainsi que dans certaines pharmacies.

Prestations spéciales

Les prestataires de la **Sécurité du revenu** peuvent obtenir des prestations spéciales pour la location d'un fauteuil roulant, s'il est prescrit.

Ges aides techniques

Assurances personnelles

Plusieurs régimes d'assurances personnelles peuvent couvrir les frais de location de fauteuil roulant. Vérifiez votre contrat ainsi que les modalités.

Les vêtements adaptés

Vous pouvez obtenir les références de distributeurs de vêtements adaptés pour personnes handicapées, auprès de votre CLSC ou de votre centre de réadaptation.

À Montréal, le **CRIDEAT** (Centre régional d'information, de démonstration et d'évaluation des aides techniques) peut vous communiquer les références de distributeurs de vêtements adaptés à travers tout le Québec. Il existe une brochure sur les services offerts par le **CRIDEAT**.

Renseignements

CRIDEAT
 6300, avenue Darlington
 Montréal (Québec) H3S 2J4



Autres types d'aides disponibles sur le marché

- Adaptation de véhicules (se référer au chapitre 10).
- Vente, réparation, location de fauteuils roulants.
- Coussins orthopédiques pour chaises et fauteuils roulants.
- · Scooter.
- Appareils pour hygiène personnelle.
- Équipements pour faciliter l'accès : plate-forme élévatrice, siège élévateur, système d'ouvre-porte, rampes d'accès, cage d'élévateur, trottoir et balcon etc.
- Siège de transfert.
- Brosses.
- Couches et culottes.
- Fauteuil roulant capable de gravir les escaliers (bientôt disponible sur le marché).

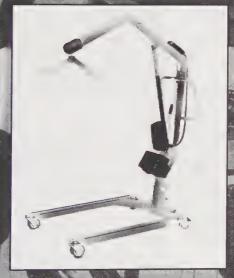
Fournitures Médicales Parallèles inc.

Nous vous offrons toutes

FOURNITURES MÉDICALES ou PARAMÉDICALES pour les personnes handicapées physiquement.

Un ATELIER MOBILE pour vous offrir les services à domicile, d'entretien et de réparations de fauteuils roulants, manuels ou électriques.





LOCATION
ACHAT
REPARATION
CONSULTATION

Notre service est rapide, courtois et personnalisé à vos besoins.

Nous couvrons le territoire de Montréal et la région Métropolitaine



Tel: [514] 472-1439 bureau & fax, 256, rue Preising St-Eustache Qc., J7R 2X2



* CENTRES D'ACCUEIL



Bains * Leviers * Sangles(toiles)

ÉVALUATION * VENTE * SERVICE * LOCATION (institutionnel et à domicile)

- a) LEVIERS: Transferts generally, any bains, our rail
- b) SANGLES (toiles): Vaste choix de modèles sur mesure si nécessaire
- c) BAINS INSTITUTIONNELS: Hauteur variable, Hauteur fire, Thérapeutique
- Démonstration
- Installation
- ✓ Formation de personnel
- Prêt d'équipement SANS FRAIS pour fins d'évaluation
- Programme de gestion de vos ressources
- Modernisation d'équipements

- √ Plus de 500 institutions médicales continuent de nous faire confiance
- Nous avons acquis plus de 20 ans d'expérience à travers la province

NOUVEAUTÉ

Equipement de physiothérapie

Téléphonez dès maintenant 1-800-361-8930 ES DE SOMS PROLONGES * INSTITUTIONS DE READAPTATION * SOINS À DOMICILL



ORTHÈSE PROTHÈSE RIVE-SUD INC.

est le seul laboratoire privé orthopédique conventionné par le R.A.M.Q. et la C.S.S.T. en Montérégie et en Estrie.

Permis 2103-682-0 Permis 2103-644-7

Pourquoi OP ?

- Orthésistes-Prothésistes diplômés. - Service rapide, professionnet et courtois - Large gamme d'aides techniques
- Chaussures fattes sur mesures: - Prix competitifs

«Faites évaluer vos pieds et votre marche... GRATUITEMENT par de VRAIS spécialistes DIPLÔMÉS.» Orthèses plantaires CONCUES et FABRIQUÉES par ORDINATEUR: Coûts variant de 100\$ à 250\$

> Distributeurs des apparells et fournitures de marque EMPI Canado Inc



Notre laboratoire est spécialisé dans la fabrication, la réparation et l'ajustement d'orthèses, de prothèses et de chaussures sur mesures.

27, rue St-Louis (Rte 112) LeMoyne, Qc. J4R 2L3 Těl.: 514-672-0078 800-363-9406

SHERBROOKE laboratoire 51, rue St-Jean Baptiste Sherbrooke, Qc. J. G 2J2 Tél.: 819 - 564 [430] Fax.: 819 - 820-2321

GRANBY point de service (sur rendez-vous seulement) Chrique Orthopédique de l'Estrie enr 44, rue St-Charles Sud Granby, Qc. J2G 6Z7 Tél.: 514 - 372-5112

ST-JEAN point de service (sur rendez-vous seulement) 900, Boul, Du Séminaire Nord Bureau 310 St-Jean, Qc, J3A 1C3 Tél.: 514 - 348-19**16**

SERVICES D'AIDES TECHNOLOGIQUES







Spécialités

VENTE · LOCATION · RÉPARATION

- Chaises roulantes
- Béquilles
- Cannes
- Marchettes

Produits

- Stomie
- Incontinence

(514) 777-0111

242, ROBINSON SUD, GRANBY (QUÉBEC) J2G 7M6

HÔPITAL ROYAL VICTORIA HOSPITAL ROTARY LIFELINE

Système d'aide d'urgence à domicile

- ☐ Un communicateur à votre domicile vous relie avec l'ordinateur central, en tout temps

 Bouton d'assistance sans fils que vous portez sur vous
- ☐ Si vous avez besoin d'aide, appuyer sur le bouton d'assistance ☐ Un surveillant Lifeline reçoit l'appel et vous envoye de l'aide

Pour plus d'informations, contacter le 514-843-1670



PUBLICITÉ DE SOUTIEN

APPAREILS ORTHOPÉDIQUES

• FAUTEUILS ROULANTS ADAPTEL ENR. 5164, rue Charleroi, Montréal-Nord (Québec) H1L 3H1(514) 328-1892



CHAPITRE 8

Les services à domicile





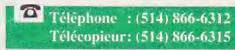


Entretien ménager, peinture, réparation, travaux extérieurs

Le centre d'action bénévole de votre région est en mesure de vous donner les références de centres de bénévolat ou de compagnies offrant des services d'entretien ménager, de travaux légers et lourds (peinture, réparation), de travaux extérieurs d'entretien paysager, etc.

Pour obtenir le numéro de téléphone du centre d'action bénévole de votre région, contactez :

 La Fédération des centres d'action bénévole du Québec



Coiffure à domicile

Certains centres de bénévolat offrent un service de coiffure à domicile. Pour savoir si un salon de coiffure offre aussi ce service, veuillez vous adresser au centre de bénévolat de votre région.

Pour obtenir le numéro de téléphone du centre d'action bénévole de votre région, contactez :

 La Fédération des centres d'action bénévole du Québec Téléphone : (514) 866-6312 Télécopieur: (514) 866-6315

Livres à domicile

Montréal - Biblio-courrier

Services

Prêt de livres par courrier, pour une période d'un mois (même service pour les livres-cassettes). Pour retourner les livres, les expédier par la poste.

Les frais postaux sont assumés par la ville de Montréal.

Clientèle

Personnes qui ne peuvent se déplacer pour se rendre à la bibliothèque, en raison de leur incapacité.

Les personnes doivent être résidentes de la ville de Montréal.



Renseignements



Bibliothèque Jacques-Ferron (Longueuil)

Services

Livraison de livres à domicile par des bénévoles. Prêt de 3 semaines. Pas de catalogue disponible. La sélection se fait par téléphone à partir de suggestions basées sur les goûts et les intérêts exprimés par la personne.

Clientèle

Même que celle de Montréal.

Abonnement

Mardi et vendredi, de préférence le matin.

Renseignements



Bibliothèque Jeanne-Cypihot

Services

Fournit de la lecture aux aveugles francophones au moyen de disquettes. Les disquettes s'adaptent à un ordinateur compatible IBM muni d'une plage tactile, et le texte peut sortir en braille sur imprimante braille et apparaître aussi à l'écran. Les prêts des disquettes peuvent s'effectuer par la poste.

Renseignements



Ailleurs au Québec

Pour savoir si la bibliothèque de votre municipalité offre un service similaire à **Biblio-courrier**, veuillez vous informer auprès d'elle. Le numéro de téléphone de votre bibliothèque figure dans les pages bleues de votre bottin téléphonique régional.

ses services à domicile

Livres sur cassettes

La Magnétothèque

Services (gratuits)

Prêt de livres sur cassettes par courrier pour une période pouvant aller jusqu'à un an. Possibilité de recevoir à domicile un répertoire des thèmes précis sur cassette (ex. : romans policiers). Les commandes se font par téléphone.

Note: Les commandes des étudiants sont prioritaires.

Clientèle

Les personnes qui sont incapables de lire un livre imprimé en raison d'une déficience visuelle ou physique.

Abonnement

Communiquer avec la Magnétothèque pour obtenir la pochette d'information.

Compléter le formulaire de demande de services.

Fournir une attestation médicale confirmant le handicap ou une évaluation fonctionnelle (ergothérapie ou physiothérapie).

Renseignements



Repas à domicile

Les popotes roulantes

 Association des popotes roulantes de Montréal

(Offre aussi des repas congelés)



Services

Le midi, des repas chauds sont livrés à domicile, deux fois par semaine. Durant la période estivale, certaines popotes roulantes peuvent réduire leur livraison à une fois par semaine, tandis que certaines autres ferment complètement.

Coût: Autour de 3 \$ par repas, y compris l'entrée et le dessert.

Critères d'admission

- Être une personne âgée et/ou handicapée, incapable de se préparer un repas.
- Être mis en contact par un CLSC, un hôpital ou un médecin de famille.

es services à domicile

Territoire: Montréal*

Note: Le territoire de Laval sera desservi par un organisme distinct. Vous pouvez communiquer avec la Régie régionale de la Santé et des services sociaux de Laval pour en connaître les coordonnées, au numéro suivant : (514) 978-2038

 Centrale des popotes roulantes de Montréal



Services, coût et critères

Même chose que pour l'Association des popotes roulantes de Montréal.

Territoire: Montréal*, Laval-des-Rapides.

* Les deux références qui apparaissent ci-dessus couvrent chacune leur territoire.

Ailleurs au Québec

Contactez votre CLSC, qui vous donnera les références de popotes roulantes dans votre région.

Si vous ne savez pas à quel CLSC vous adresser, contactez :

La Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661 Télécopieur: (514) 873-7062

Centrales des popotes roulantes

Ailleurs au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone : (418) 662-7486 ou (418) 662-7486

Ouébec

Info-ressources

Téléphone: (418) 647-0158

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 378-6050

Shawinigan

Téléphone: (819) 537-1444

Grand-Mère

Téléphone: (819) 538-7689

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone: (418) 838-4094

Montérégie

Granby

Téléphone: (514) 372-6777

es services à domicile

Autres services à domicile

Soins infirmiers et médicaux

Certains organismes offrent des services de santé personnalisés et de maintien à domicile.

Pour trouver leurs références, consultez les «pages jaunes» à la rubrique «infirmiers» et «médecins». Vous pouvez obtenir aussi des références par votre CLSC ou la Fédération des CLSC du Québec. Si vous ne savez pas quel est votre CLSC, contactez:

♦ La Fédération des CLSC du Québec



Podiatre, optométriste, opticien à domicile

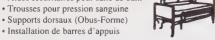
Chaque région est desservie par un de ces spécialistes.

Pour obtenir les références de ces spécialistes, vous pouvez communiquer avec votre ergothérapeute ou consulter les «pages jaunes».



VOTRE SPÉCIALISTE EN SOINS À DOMICILE

- · Lits d'hôpitaux
- · Chaises ascenseurs
- Fauteuils roulants
- · Fauteuils gériâtriques auto-basculants
- · Fauteuils roulants avec support pour genoux
- Triporteurs
- · Marchettes
- · Chaises d'aisance
- Produits d'incontinence
- · Équipement d'exercices
- · Appareils orthopédiques
- Chaussures sur mesure
- · Fournitures pour diabétiques
- · Aides sécuritaires pour salle de bain
- Trousses pour pression sanguine
- · Installation de barres d'appuis





VENTE · LOCATION · LIVRAISON

Siège social: 5545, rue St-Jacques Ouest, Montréal (Québec) H4A 2E3

953, boul. St-Jean, Pointe-Claire 3875, rue St-Urbain, Montréal 5345, boul. de l'Assomption, Montréal

800, boul. Casavant, St-Hyacinthe

842-0078 254-9433

694-1590

774-8417

Le seul à fournir une gamme complète de services et de spécialistes sous un même paraplule :

- Médecine du travail
- · Médecine d'assurance
- Bilans de santé pour cadres
- · Placement infirmier et soins à domicile
- · Programmes de mieux-être
- · Clinique de cardiologie préventive
- · Hygiène industrielle
- · Gestion-conseil en santé-sécurité du travail

Une équipe professionnelle à votre service !

Montréal: (514) 845-1211

GROUPE

HEALTH

Montréal, Québec, Toronto, Edmonton, Calgary, Vancouver



Agence PRO-JACQUES Inc. (24 heures)

(514) 524-2525

SOINS À DOMICILE

GUYLAINE DEMONTIGNY

DIRECTRICE

1927, rue St-Germain, Montréal (Québec) H1W 2T5

BEVERLY FARLEY Présidente

Infirmières Plus

6070 RUE SHERBROOKE EST SUITE 208 MONTRÉAL (QUÉBEC) H1N 1C1

TÉL.: (514) 252-0427

PLACEMENT DE PERSONNEL INFIRMIER 7 JOURS - 24 HEURES SOINS DE SANTÉ - INSTITUTION - DOMICILE MEMBRE DE L'AQEPSS



Services de Santé

- Domicile
- Institutions
- Industries

Personnel assuré et cautionné

- Infirmier(ière)
- Infirmier(ière) auxilliaire
- Préposé(e) aux bénéficiaires
- Compagnons

SERVICE 24 HRS PAR JOUR 7 jours sur 7

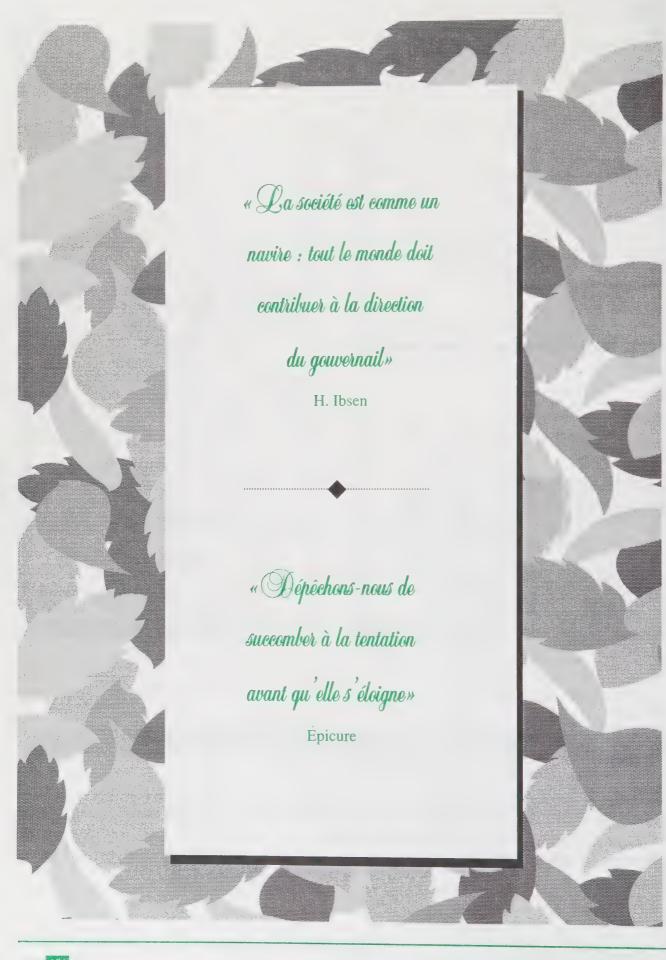
MONTRÉAL 482-9090 RIVE-SUD



PUBLICITÉ DE SOUTIEN

FOURNITURES MÉDICALES

• FOURNITURES MÉDICALES PARALLÈLES 256, rue Preising, St-Eustache (Québec) J7R 2X2 (514) 472-1439

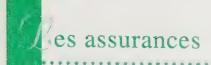


CHAPITRE 9

Les assurances







Police d'assurance individuelle ou collective

Si vous détenez une ou des polices d'assurance

Si vous avez à remplir un questionnaire sur votre état de santé, vous devez déclarer votre handicap à l'assureur. Cette investigation se fait souvent lorsque vous ne payez pas vos primes et que votre police tombe en déchéance.

Aussi longtemps que vous gardez votre emploi, vous êtes protégé par votre assurance collective. Le montant de l'assurance représente généralement un pourcentage de votre salaire et augmente automatiquement avec ce dernier.

Informez-vous sur les privilèges de votre assurance collective. Il est possible de la convertir en assurance-vie individuelle. Lors de la perte de votre emploi pour cause de maladie, vous avez un certain temps pour demander cette conversion (généralement 31 jours à partir de la date de cessation de l'emploi).

Conseils

- Si vous détenez une police d'assurance-vie ou collective, réfléchissez bien avant de la remplacer.
- Payez vos primes à temps pour ne pas devoir renouveler votre assurance.
- Si vous désirez vous assurer : certaines compagnies d'assurance-vie peuvent vous assurer sans que vous ayez à fournir de rapport médical, moyennant une prime supplémentaire (25 % de plus que les tarifs habituels sur le marché) selon l'âge et la protection désirée.
- Réfléchissez bien avant de signer un contrat d'assurances.
- Il se peut que vous n'ayez pas besoin d'assurance si vous n'avez pas de personne à charge (conjoint ou enfants.)
- Pensez à vos contrats d'assurance-voyage.
- Interrogez plusieurs compagnies.
- Le meilleur conseiller est votre courtier d'assurances ; posez-lui toutes les questions qui vous viennent à l'esprit ; il est là pour vous aider.

En matière d'assurances, la première chose à faire est de reconnaître quelle protection financière vous est garantie sous la loi actuelle.

Pour tout renseignement général sur les assurances de personnes (vie, maladie ou invalidité), régimes de retraite, rentes, REER ou FERR, contactez :

L'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes (Brochures gratuites disponibles)



es assurances

Pour tout renseignement sur les assurances automobiles et habitations, veuillez communiquer avec :

♦ Le BAC (Bureau d'assurances du Canada)

Téléphone : (514) 288-6015 Sans frais : 1 800 361-5131

Note: Les primes d'assurances, comme le capital de protection, varient d'une compagnie à l'autre.

Régimes publics

L'assurance-chômage du Canada

Cette assurance verse des prestations aux personnes sans emploi et, dans certains cas, des prestations spéciales comme des prestations de maladie et de retraite.

Renseignements

 Développement des Ressources humaines Canada Info-Centre téléphonique



CSST (Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec)

L'indemnité de remplacement du revenu est garantie au travailleur incapable d'exercer son emploi tant et aussi longtemps que ce dernier n'est pas entièrement remis de sa ou ses blessures ou d'une maladie causées par son travail.

Renseignements (pour la liste des bureaux régionaux, voir CHAPITRE 13 «LE TRAVAIL»).

Montréal : (514) 873-3990 Québec : (514) 643-5860 Sans frais : 1 800 668-6811

Le Régime des rentes du Québec et le Régime de pension du Canada

Ces régimes versent des rentes à :

- des retraités de 60 ans et plus ;
- des travailleurs invalides de moins de 65 ans qui ne peuvent plus exercer un emploi rémunéré;

- des conjoints survivants dont la rente varie selon l'âge;
- · des orphelins ou des enfants de cotisants invalides ;
- aux proches à la suite du décès du rentier (montant forfaitaire).

Ces programmes sont fondés sur des cotisations versées en fonction du salaire. Ils sont indexés au coût de la vie. Le versement des prestations commence à 65 ans ou, moyennant un redressement, à n'importe quel âge entre 60 et 70 ans. Le **Régime des rentes du Québec** verse aussi des prestations de décès, une rente de survivant et des prestations d'invalidité avant la retraite.

Renseignements

- Régime des rentes du Québec (RRQ)
- * Régime complémentaire de retraite

Téléphone : (514) 873-2433 Sans frais : 1 800 463-5185 Téléphone : (514) 643-8282 ATS : 1 800 603-3540

L'assurance-hospitalisation

Le Régime d'assurance-hospitalisation du Québec assure divers services dispensés par les centres hospitaliers et par les centres d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD) lorsque ces derniers sont des établissements publics et privés conventionnés. Tout résident québécois peut y avoir droit.

Pour information, interroger la Régie régionale de la santé et des services sociaux de votre région.

L'assurance-maladie

Le régime d'assurance-maladie du Québec fournit à tout résident québécois un régime universel d'assurance-maladie. Ce régime offre des programmes de services médicaux, chirurgicaux et dentaires (aux personnes de moins de 10 ans ou qui sont bénéficiaires de la Sécurité du revenu), et couvre les frais pour divers programmes (médicaments, prothèses, etc.). La Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ) est responsable de ce régime.

RAMQ

Montréal: (514) 864-3411 Québec: (418) 643-3445 ATS: 1800 361-3939 Sans frais: 1800 561-9749

L'assurance-automobile

Tous les Québécois (conducteur, passager et piéton) qui sont victimes de dommages corporels causés par un accident d'automobile sont automatiquement indemnisés sans que leur responsabilité ne soit prise en considération.

Renseignements

 Société de l'assuranceautomobile du Québec (SAAQ)
 Centre de renseignements



Pour les prestataires de la Sécurité du revenu

En cas de décès d'une personne prestataire de la **Sécurité du revenu** qui n'a pas accumulé de rentes à la **Régie des rentes du Québec** (**RRQ**) ou qui ne possède aucune assurance-vie, une somme d'argent est versée pour couvrir les frais funéraires, médicaux, juridiques, etc., jusqu'à concurrence de 1500 \$.

Renseignements

Ministère de la Sécurité du revenu

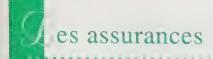


En ce qui concerne votre employeur

Vous devez connaître toutes les informations pertinentes sur les diverses lois sociales et examiner le régime d'avantages sociaux offerts par votre employeur, votre syndicat ou votre association professionnelle.

Les régimes d'avantages sociaux varient à l'infini. Toutefois, on peut les regrouper en différentes catégories :

- les régimes de retraite;
- l'assurance-vie collective, qui comprend :
 - · l'assurance des frais médicaux et d'hospitalisation;
 - l'assurance dentaire collective;
 - · l'assurance invalidité collective.



Une fois renseigné sur les différents avantages sociaux qui vous sont offerts, vous pouvez déterminer vos besoins en matière d'assurances.

Consultez la brochure «Affrontez la vie avec assurances», petit guide de planification disponible à l'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes inc.

Liste des publications gratuites disponibles à l'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes inc.

Affrontez la vie avec assurances

Un guide pour vous aider à établir un bilan de vos biens, de vos revenus et de vos obligations ainsi qu'à planifier la protection de votre famille et de votre retraite.

L'assurance-invalidité

Quels seront vos revenus en cas d'invalidité?

Une publication qui résume les principaux régimes d'assurance accident et maladie : les régimes gouvernementaux, ceux des employeurs et les régimes individuels.

Vie et maladie

Une question de risque

Chaque chose à sa place

Les documents importants de la famille : quels sont-ils et où sont-ils ?

Votre assurance collective et vous

Qu'est-ce-que l'assurance collective ?

Ce qu'il faut savoir sur les régimes de retraite

Un guide sur les différents régimes de retraite

Le Guide «68»

Questions et réponses sur la protection des renseignements personnels

L'assurance voyage

Une protection indispensable lorsque vous quittez le Canada.

Vous pouvez obtenir gratuitement un exemplaire de ces publications en communiquant avec le :

Centre de renseignements
 Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes inc.

Téléphone : (514) 845-6173 Sans frais : 1 800 361-8070 Télécopieur: (514) 845-6182



CHAPITRE 10

moyens de transport



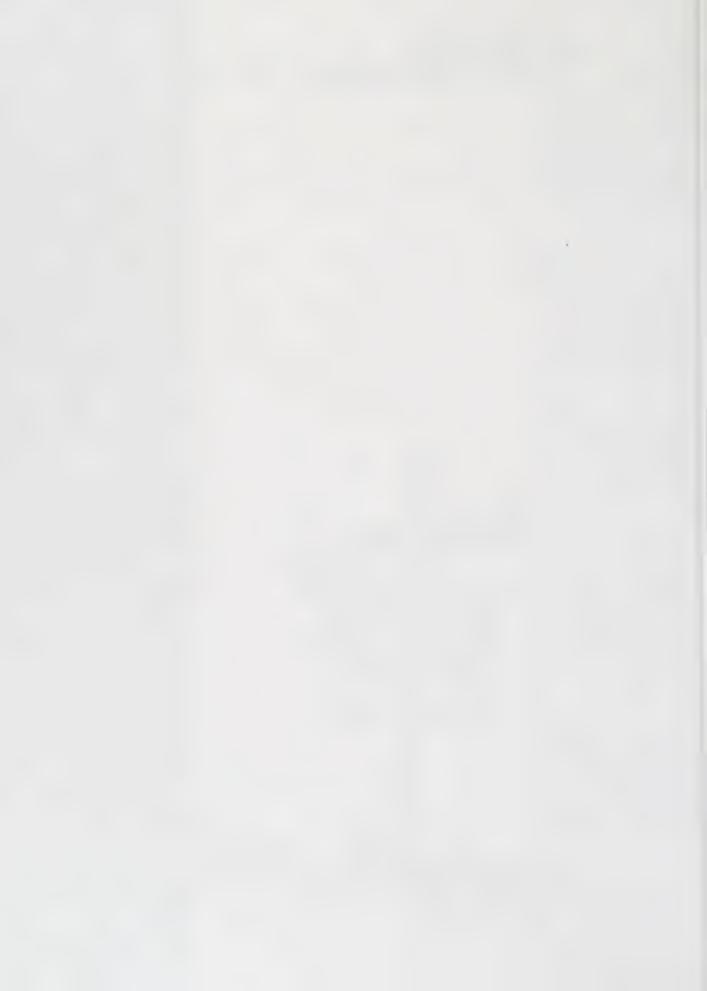
AUTOBUS

TRANSPORT MÉDICAL

NOIVA

TRAIN







Transports adaptés publics

Introduction

ous résumons ci-dessous la politique d'admissibilité au transport adapté en vigueur depuis le 1er janvier 1994.

« Toute personne handicapée, quel que soit son lieu de résidence, et indépendamment du fait qu'il y ait ou non un service de transport adapté sur le territoire où elle habite, peut présenter une demande d'admission et obtenir que celle-ci soit traitée. » (Transports Québec)

Une carte d'admission sera délivrée à toute personne admise. Cette carte précisera le type d'admission et d'accompagnement correspondant aux besoins particuliers de la personne. La carte sera reconnue partout au Québec où il existe un service de transport adapté (dans la municipalité de résidence, ou ailleurs, à titre de visiteur, sans devoir présenter plusieurs demandes d'admission).

Qui est admissible?

Toute personne répondant aux exigences suivantes :

- être une personne handicapée, c'est-à-dire avoir une déficience significative et persistante et être limité dans l'accomplissement de ses activités normales ;
- avoir, sur le plan de la mobilité, des limitations justifiant l'utilisation d'un service de transport adapté.

Une évaluation de votre capacité à utiliser le transport en commun régulier sera faite, et si cette utilisation s'avère possible, un apprentissage sera assuré par des professionnels du réseau de la santé et des services sociaux.

L'accompagnement, si requis, sera évalué de la même façon.

Délai de traitement de la demande

Dans les 45 jours à partir de la date de présentation de la demande.

Par ailleurs, le type d'admission ou le type d'accompagnement peuvent évoluer au cours des années en fonction de modifications éventuelles de votre condition physique ; vous devez signaler ces modifications au comité d'admission.

Tous les trois ans, votre dossier est revu par le comité d'admission.

Transport adapté urbain

Au Québec



MRC: Municipalité Régionale de Comté

Bas-Saint-Laurent

Trois-Pistoles

MRC des Basques

Téléphone: (418) 851-2861

La Pocatière

Téléphone: (418) 856-5856

Matane

Téléphone: (418) 562-5153

Amqui

MRC de la Matapédia

Téléphone: (418) 629-1502

Mont-Joli

Téléphone: (418) 775-6384

Rimouski

Téléphone: (418) 722-7111

Rivière-du-Loup

MRC de Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-8005

Notre-Dame-du-Lac

MRC du Témiscouata

Téléphone: (418) 899-2189

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: 418) 668-3357

Dolbeau

Téléphone: (418) 276-7419

Roberval

Téléphone: (418) 348-9191

Saint-Ambroise

Téléphone: (418) 672-2083

Saint-Félicien

Téléphone: (418) 251-3933

Chicoutimi

Téléphone: (418) 545-3683

Ouébec

Clermont

MRC Charlevoix-Est

Téléphone: (418) 439-3947

Ange-Gardien

MRC de l'Île d'Orléans

Téléphone: (418) 822-4008

Pont-Rouge

Téléphone: (418) 873-2781

Saint-Basile

Téléphone: (418) 329-3152

Baie-Saint-Paul

Téléphone: (418) 435-5488

Communauté urbaine

de Québec

Téléphone: (418) 687-2641

Mauricie-Bois-Francs

Batiscan

Téléphone: (418) 362-3233

Shawinigan-Sud

MRC du Centre-de-la-Mauricie

Téléphone: (819) 536-7202

Drummondville

Téléphone: (819) 472-4592

La Tuque

Téléphone: (819) 523-6004

Louiseville

Téléphone: (819) 228-9661

Nicolet

Téléphone: (819) 293-6768

Plessisville

Téléphone: (819) 362-3722

Saint-Tite

Téléphone: (418) 289-3723

Victoriaville/Arthabaska

Téléphone: (819) 357-3493

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 373-4533

Estrie

Asbestos

Téléphone: (819) 879-2322

Coaticook

Téléphone: (819) 849-3024

East-Angus

Téléphone: (819) 832-2711

Lac Mégantic

Téléphone: (819) 583-4263

Magog

Téléphone: (819) 843-3350

Windsor

Téléphone: (819) 845-2777

Sherbrooke

Téléphone: (819) 564-2687

Montréal

Communauté urbaine de Montréal

Téléphone: (514) 280-6307

Outaouais

Saint-André-Avellin

Téléphone: (819) 983-6855

Gracefield

MRC de la Vallée de la Gatineau

Téléphone: (819) 449-7666

Hull

Communauté urbaine

de l'Outaouais

Téléphone: (819) 770-7900

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Téléphone: (819) 727-1500

La Sarre

Téléphone: (819) 333-3452

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 762-7368

Témiscaming

Téléphone: (819) 627-3500

Ville-Marie

MRC Témiscamingue

Téléphone: (819) 629-3332

Val d'Or

Téléphone: (819) 825-0101

Au Québec



Transport adapté urbain (suite)

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 296-4931

Sept-Îles

Téléphone: (418) 962-7111

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Fatima (Îles-de-la-Madeleine)

Téléphone: (418) 986-6050

Gaspé

Téléphone: (418) 368-6324

Chandler

Téléphone : (418) 689-4144 **Sainte-Anne-des-Monts** Téléphone : (418) 763-7232

Chaudière-Appalaches

Saint-Lazare

MRC de Bellechasse

Téléphone: (418) 883-4218

Montmagny

Téléphone: (418) 248-7444

Pintendre

Téléphone: (418) 837-0316

Saint-Jean-Port-Joli

Téléphone: (418) 598-9375

Saint-Étienne de Lauzon

Téléphone: (418) 831-1615

Saint-Georges de Beauce

Téléphone: (418) 227-4147

Saint-Pamphile

Téléphone: (418) 359-2119

Sainte-Croix (Lotbinière)

Téléphone: (418) 728-3884

Thetford-Mines

Téléphone: (418) 338-5080

Lévis

Réseau Trans-Sud

Téléphone: (418) 837-2401

Laval

Société de Transport de Laval

Téléphone: (514) 662-8316

Lanaudière

Berthierville

Téléphone: (514) 836-2725

Joliette

Téléphone: (514) 759-8931

Terrebonne

CIT des Moulins

Téléphone: (514) 964-1098

Rawdon

Téléphone: (514) 834-3577

Repentigny

Téléphone: (514) 582-8726

Saint-Gabriel-de-Brandon

Téléphone: (514) 835-9711

Laurentides

Lachute

MRC d'Argenteuil

Téléphone: (514) 562-5797

Saint-Eustache

CIT Deux-Montagnes

Téléphone: (514) 473-4786

Saint-Jérôme

CIT de Lafontaine

Téléphone: (514) 436-6696

Mont-Laurier

Téléphone: (819) 623-5565

Saint-Jovite

Téléphone: (819) 425-9988

Laurentides

Téléphone: (514) 439-8689

Sainte-Thérèse

Téléphone: (514) 435-3055

Montérégie

Acton Vale

MRC d'Acton

Téléphone: (514) 546-4039

Beloeil/Mont Saint-Hilaire

Téléphone: (514) 467-2854

Candiac

Téléphone: (514) 444-2555

Chambly

Téléphone: (514) 658-9642

Châteauguay

Téléphone: (514) 699-8414

Contrecoeur

Téléphone: (514) 527-8282

Dorion

Téléphone: (514) 424-0744

Farnham

Téléphone: (514) 293-8583

Granby

Téléphone: (514) 375-2069

Saint-Hvacinthe

Téléphone: (514) 773-2507 **Saint-Jean-sur-Richelieu** Téléphone: (514) 347-6041

Huntingdon

Téléphone: (514) 264-2267

Valleyfield

Téléphone: (514) 377-1313

Sorel/Tracy

Téléphone: (514) 746-7827

Waterloo

Téléphone: (514) 539-4711

Longueuil

Société de transport

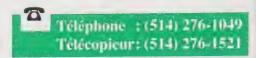
de la Rive-Sud de Montréal

Téléphone: (514) 442-8600

es moyens de transport

Regroupement des usagers du transport adapté (RUTA)

 Alliance des regroupements des usagers du transport adapté du Québec (ARUTAQ) 7000, avenue du Parc Bureau 309 Montréal (Québec) H3N 1X1



Les RUTA regroupent des usagers du transport adapté et des organismes pour personnes handicapées. Ils défendent les droits et les intérêts des usagers du transport adapté et apportent un appui aux plaintes formulées.

Au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Regroupement des usagers du transport adapté du Saguenay (RUTAS)

Téléphone : (418) 545-3346 Télécopieur: (418) 545-7271

Mauricie-Bois-Francs

Comité des usagers du transport adapté du Trois-Rivières métropolitain (CUTATRM) Téléphone: (819) 374-9566

Estrie

Regroupement des usagers du transport adapté du Sherbrooke métropolitain (RUTASM)

Téléphone : (819) 562-3311 Télécopieur : (819) 562-9269

Montréal

Regroupement des usagers du transport adapté de la Communauté urbaine de Montréal (RUTA de la CUM)

Téléphone : (514) 255-0765 Télécopieur: (514) 255-5747

Outaouais

Regroupement des usagers du transport adapté du Hull métropolitain (RUTAHM)

Téléphone : (819) 771-8576 Télécopieur: (8190 771-4968

Lanaudière

Comité des usagers du transport adapté du Joliette métropolitain (CUTAJM)

Téléphone : (514) 759-3322 Télécopieur: (514) 759-8749

Laval

Association lavalloise du transport adapté

Téléphone : (514) 663-5958

Laurentides

Comité des usagers du transport adapté de Saint-Jérôme

Téléphone: (514) 438-7736 Regroupement maskoutain des utilisateurs du transport adapté (RMUTA)

Téléphone : (514) 773-3609

Montérégie

Longueuil

Association des usagers des transports adaptés aux personnes handicapées de la Rive-Sud de Montréal (AUTAPHRSM)

Téléphone: (514) 679-6589
Télécopieur: (514) 679-8337
Comité des usagers du transport
adapté de Valleyfield (CUTAV)

Téléphone : (514) 371-0143

Les moyens de transport

Transport adapté privé

Tarifs

Certaines compagnies ont un tarif horaire, d'autres ont un tarif de départ et demandent un montant supplémentaire par kilomètre.

Tarif horaire

Varie de 30 à 45 \$, selon la compagnie et l'horaire (plus cher les fins de semaine).

Réservation

Le jour même ou une journée à l'avance, selon la compagnie.

Références

Consulter les pages jaunes sous la rubrique «Transport adapté».

Transport adapté interurbain

Transport par autobus

Pour connaître les coordonnées des transporteurs de votre région qui offrent des services aux personnes ayant des besoins spéciaux, veuillez vous adresser à **Kéroul**.

♦ Kéroul

(Association de développement touristique pour les personnes handicapées du Québec) 4545, avenue Pierre-de-Coubertin C.P. 1000, succursale M Montréal (Québec) H1V 3R2



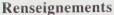
Kéroul a publié un document qui traite du transport interurbain des personnes handicapées. Ce document est en vente.

Le transport interurbain des personnes handicapées au Québec et au Canada (1992)

Billet gratuit pour l'accompagnateur

La Parade des Dix Sous peut délivrer aux personnes ayant toujours besoin d'un accompagnateur une carte le certifiant, à condition qu'elles fournissent une preuve médicale. En présentant cette carte au terminus d'autobus, vous pourrez obtenir un billet gratuit pour votre accompagnateur. Vous pouvez aussi présenter une lettre de votre médecin certifiant que vous devez être accompagné.

es moyens de transport



 La Parade des Dix Sous 1000, Saint-Antoine Ouest, bureau 410 Montréal (Québec) H3C 3R7



Transport par train

Via Rail offre plusieurs services adaptés aux personnes ayant des besoins spéciaux. Voici la liste des situations où Via Rail offre des services spéciaux :

- fauteuils roulants;
- · déficiences visuelles ;
- · accompagnement d'un chien-guide;
- · déficience intellectuelle ;
- clients en civières.

- difficultés respiratoires;
- · déficiences auditives ;
- diabétiques ;
- · repas spéciaux;

Pour de plus amples renseignements sur le détail des services spéciaux (dans les gares et dans les trains) offerts aux personnes handicapées, veuillez vous adresser à :

Via Rail

Montréal: (514) 871-1331 Québec: (514) 692-3940 Sans frais: 1 800 268-9503

Billet gratuit pour l'accompagnateur

La personne handicapée doit certifier qu'elle ne peut voyager seule en présentant un certificat médical ou une carte d'identité émise par l'organisme auquel elle est affiliée.

Transport aérien

Les deux premières compagnies aériennes du Québec, Air Canada et Canadien International, offrent des services spéciaux pour les passagers ayant des besoins particuliers.

Air Canada et ses filiales
 Air Alliance, Air Nova et Air Ontario



Services offerts

- Ligne spéciale de réservation et de renseignements pour les malentendants : 1 800 361-8071
- Dossier personnel informatisé : s'adressant aux voyageurs fréquents, il évite à ceux-ci de faire les mêmes démarches chaque fois qu'ils voyagent.
- Tarifs spéciaux pour accompagnateurs (sur le réseau nord-américain).
- Présélection des places (sièges avec accoudoirs escamotables).
- . Carte d'embarquement où apparaît le besoin particulier du voyageur.
- . Consignes de sécurité adaptées (ex. : braille, répétées individuellement, etc.).
- . Régime alimentaire spécial.
- . Toilettes adaptées pour personnes handicapées.
- . Fauteuils roulants de bord.
- . Étiquetage spécial des fauteuils roulants afin qu'ils soient déchargés au bon endroit.
- . Chiens-guides acceptés (sauf sur les vols vers la Grande-Bretagne).
- . Passagers en civières acceptés.
- . Oxygène supplémentaire disponible.
- . Élévateurs d'aéroport disponibles pour les petits appareils.

Lignes aériennes Canadien International et sa filiale Inter-Canadien



Services offerts

- . Aide au comptoir d'enregistrement.
- . Aide afin de rejoindre la salle d'embarquement.
- . Aide pour monter à bord et descendre.
- . Aide pour le rangement et la récupération des bagages.
- Fauteuils roulants de bord.
- Aide pour le transfert d'un fauteuil à l'autre.
- Repas spéciaux et aide durant les repas.
- Transport sans frais de :
 - Fauteuils roulants électriques, automoteurs ou manuels à cadre rigide (avions de 60 places et plus).
 - Fauteuils roulants manuels pliants.
 - Ambulateurs, cannes, béquilles ou attelles.
 - Dispositifs de communication.
 - Prothèses ou dispositifs médicaux.

- Autorisation d'utiliser un fauteuil roulant manuel jusqu'à la salle d'embarquement ou jusqu'à l'appareil.
- Transport et rangement des aides de locomotion dans la cabine des passagers, lorsque l'espace le permet.
- Transport d'un chien-guide, aux pieds du passager.

Autres lignes aériennes

Pour obtenir des informations concernant d'autres compagnies aériennes, ainsi que les services d'accessibilité offerts dans certains aéroports (service de location de véhicules adaptés par exemple), vous pouvez contacter :

Transports Canada

Sans frais : 1 800 665-6478

♦ Kéroul (Montréal)

Téléphone : (514) 252-3104

Remboursement des trais de transport et de séjour reliés à des traitements médicaux ou des soins d'adaptation-réadaptation

Prestataires de la Sécurité du revenu

Remboursement des frais de transport et de séjour* pour un traitement médical, des soins dentaires ou autres, prescrits par un médecin (ex.: physiothérapie) ou un dentiste.

Critères d'admissibilité

- La personne ne doit pas être admissible aux prestations de la SAAQ, ni au programme du ministère de la Santé et des Services sociaux.**
- Le transport utilisé doit être le moins coûteux possible compte tenu des circonstances.
- Une attestation médicale sera demandée dans plusieurs cas.
- Les frais de séjour sont remboursés seulement si l'aller-retour ne peut être fait la même journée en raison de la distance à parcourir.
- * Frais de séjour de l'escorte remboursés lorsque l'état du malade exige sa présence.
- ** Le MSSS peut rembourser la différence entre le taux payé par le ministère de la Sécurité du revenu et celui appliqué par le MSSS pour l'utilisation du véhicule personnel.

Pour des informations complémentaires, communiquez avec votre agent d'aide socioéconomique ou appelez au :

 Ministère de la Sécurité du Revenu Renseignements généraux



Ministère de la Santé et des Services Sociaux (MSSS)

Le MSSS a une politique de déplacement pour les personnes handicapées qui s'applique par l'intermédiaire des Régies régionales de la santé et des services sociaux. Il s'agit d'une aide financière accordée aux personnes handicapées pour des déplacements supérieurs à 50 km* (aller/retour) reliés à des services d'adaptation-réadaptation, de diagnostic ou de traitement.

Ces déplacements comprennent les frais d'hébergement et de repas de la personne handicapée et de son accompagnateur lorsque la présence de ce dernier est prescrite.

Critères d'admissibilité

- Être handicapé selon la définition du MSSS.
- Les déplacements doivent être effectués vers l'établissement de santé le mieux approprié et situé le plus près.
- Le moyen de transport utilisé doit être le plus économique.
- Ne pas être admissible à un autre organisme ou agent payeur (SAAQ, CSST, ministère des Affaires des anciens combattants, etc.).

Pour les prestataires de la Sécurité du revenu, le MSSS peut rembourser la différence entre le taux payé par le ministère de la Sécurité du revenu et celui appliqué par le MSSS pour l'utilisation du véhicule personnel.

Procédure

Le déplacement doit être prescrit par le médecin traitant ou le professionnel responsable qui devra remplir ou formuler la demande auprès de la Régie régionale de la santé et des services sociaux.

Pour des informations complémentaires, veuillez contacter la Régie régionale de la santé et des services sociaux de votre région.

^{*} Cette limite de kilométrage ne s'applique pas dans le cas de traitements répétitifs requis de façon quasi permanente, ni pour des traitements médicaux ou des services de réadaptation qui nécessitent un suivi intensif.

SAAQ, CSST et IVAC

Il est possible que votre handicap soit aggravé ou causé par un accident de la route, un accident de travail ou un acte criminel. Si tel est le cas, la Société de l'assurance-automobile du Québec (SAAQ) et la Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST), dans le cadre de leur programme de réadaptation sociale, peuvent rembourser certains frais de transport. Les déplacements doivent être reliés à l'accident d'automobile, à l'accident du travail ou à l'acte criminel.

Pour des informations complémentaires, communiquez avec votre conseiller ou contactez, selon le cas la :

SAAQ

CSST (Renseignements généraux)

IVAC

Montréal : (514) 873-7620 Québec : (418) 643-7620 Sans frais : 1 800 361-7620

Montréal : (514) 873-3990 Québec : (418) 643-5860 Sans frais : 1 800 668-6811

Sans frais : 1800 561-4822

Accompagnement

Accompagnement bénévole avec ou sans voiture - Centres d'action bénévole

La plupart des centres d'action bénévole offrent des services d'accompagnement avec ou sans voiture. Les politiques et les critères d'accès à ce service diffèrent d'un centre à l'autre. Dans certains centres, la personne doit être envoyée par un organisme. De plus, chaque centre dessert un territoire défini.

Pour avoir le numéro de téléphone du centre d'action bénévole de votre secteur, veuillez communiquer avec :

La Fédération des centres d'action bénévole du Québec



Accompagnement privé avec ou sans voiture

Pour obtenir les références d'accompagnement privé avec ou sans voiture dans votre région, consultez votre CLSC ou bien la Fédération des CLSC du Québec.

♦ Fédération des CLSC du Québec



Automobile - adaptation de véhicules

Permis de conduire - évaluation de la conduite automobile

SAAQ (Société de l'assurance automobile du Québec)

Toute personne déclarant être handicapée doit fournir à son bureau régional de la SAAQ un formulaire M-28 dûment rempli par un médecin généraliste. Le comité médical déterminera si des informations complémentaires sont requises (ex. : évaluation de conduite automobile dans un centre spécialisé pour les personnes handicapées).

Pour obtenir le formulaire M-28:

SAAQ

Téléphone : (514) 873-7620 Québec : (418) 643-7620 Sans frais : 1 800 361-7620

Si l'évaluation de conduite automobile s'avère nécessaire, deux centres, au Québec, offrent ce service et sont reconnus par la SAAQ:

Centre de réadaptation
 Constance-Lethbridge
 7005, boulevard de Maisonneuve Ouest
 Montréal (Québec) H4B 1T3



Service

Déterminer les capacités de l'individu à conduire et recommander l'équipement nécessaire.

Clientèle

Toute personne âgée de 16 ans et plus dont la condition physique rend difficile l'obtention d'un permis de conduire selon les procédures habituelles.

Procédure

Remplir le formulaire d'admission et faire remplir un formulaire M-28 par un médecin généraliste à adresser au bureau régional de la SAAQ.

Note: prévoir de 4 à 6 mois d'attente pour l'évaluation.

Évaluation

1er test : par l'ergothérapeute (réflexes et vision).

2e test : évaluation et recommandation des adaptations nécessaires par l'ergothérapeute.

3e test : sur route avec un véhicule adapté (en général effectué au centre de services de la SAAQ).

Centre François-Charon
 525 houleward Wilfrid Har

525, boulevard Wilfrid-Hamel Est Local F 120 Québec (Québec) G1M 2S8



Service

Déterminer le potentiel d'une personne à conduire un véhicule automobile et recommander l'adaptation nécessaire du véhicule.

Clientèle

Toute personne âgée de 16 ans et plus dont la condition physique rend difficile l'obtention d'un permis de conduire selon les procédures habituelles.

Procédure

Remplir le formulaire d'admission et faire remplir un formulaire M-28 par un médecin généraliste et l'adresser au bureau régional de la SAAQ.

Évaluation

- Évaluation fonctionnelle par l'ergothérapeute : réflexes, vision, attitude et comportement.
- · Recommandations des adaptations nécessaires par l'ergothérapeute.
- Acheminement des recommandations à la SAAQ et aux organismes payeurs s'il y a lieu.

Vignette de stationnement

Deux types de vignettes de stationnement sont disponibles

Vignette délivrée par l'OPHQ

Une vignette amovible qui peut être suspendue au rétroviseur.

Les formulaires sont disponibles dans les bureaux régionaux de l'**OPHQ**. Une partie de ceux-ci doit être complétée par un médecin et les formulaires doivent être acheminés au siège social à Drummondville.

OPHO

Montréal : (514) 873-3905 Québec : (418) 643-1599 Sans frais : 1 800 567-1465

Vignette délivrée par la SAAQ

Une vignette fixe qui se colle sur la plaque d'immatriculation.

Elle est destinée aux personnes handicapées ayant un permis de conduire et aux propriétaires d'un véhicule.

Un formulaire, dont une partie doit être remplie par un médecin, est nécessaire pour obtenir une vignette.

Coût: 8 \$ pour la première demande (pour deux ans).

Coût des demandes suivantes : 4 \$.

Adaptation de véhicules - programmes d'aide au financement

Ressources publiques

L'OPHQ administre un programme qui accorde des sommes d'argent pour l'adaptation des véhicules. Toutefois, à partir du 1er avril 1996, ce programme sera sous la responsabilité de la RAMQ et de la SAAQ. La personne handicapée est responsable des démarches auprès de l'OPHQ ou d'un autre organisme payeur.

Pour tout renseignement, veuillez contacter l'OPHQ, la RAMQ ou la SAAQ.

Ressources privées

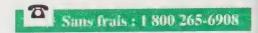
Certains fabricants d'automobiles offrent des programmes destinés à aider les personnes handicapées qui se proposent d'acheter et de faire adapter un véhicule.

Chrysler, Ford et General Motors sont les seuls à offrir, sur le marché canadien de l'automobile, des programmes prévoyant une allocation pour l'adaptation d'un véhicule.

Chrysler Canada - Programme d'aide

- Allocation pouvant aller jusqu'à 1000 \$ pour une camionnette ou 750 \$ pour une voiture ou une fourgonnette.
- Allocation de 500 \$ pour les gens atteints de sclérose en plaques qui requièrent un climatiseur.
- Il est à noter que ces deux allocations ne sont pas cumulatives.

Chrysler Canada



Ford - Programme «Mobilité Plus»

Le programme «Mobilité Plus» offre les services suivants :

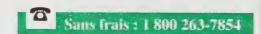
- remboursement des frais d'adaptation d'une voiture ou d'une camionnette Ford ou Mercury pouvant aller jusqu'à 750 \$;
- service de dépannage et de conseils gratuit pendant 3 ans ;
- téléphone cellulaire gratuit.
- ♦ Ligne «Mobilité Plus»



General Motors - Programme d'aide

GM offre à l'acheteur d'un nouveau véhicule GM une somme pouvant atteindre 1000 \$ (TPS comprises) pour couvrir les frais d'adaptation. Cette somme est disponible même lorsque l'acheteur a eu droit à un autre type d'aide financière (par le biais d'une assurance-santé, par exemple) et peut être utilisée comme premier versement à l'achat d'un véhicule.

• General Motors



16 ans de soutien au transport adapté





Québec :::





(514) 955-5500 SERVICE TÉL.: 7 À 23 H

Transport de personnes à capacité de mobilité réduite for persons with limited mobility 24 h/ 24 h





L'hébergement

L'hébergement temporaire

'hébergement temporaire est un court séjour d'une durée d'environ un mois qui peut s'effectuer dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), un centre d'accueil, un centre d'hébergement ou un centre de réadaptation, selon l'âge et le niveau d'autonomie de la personne.

L'hébergement temporaire, ou répit-dépannage, peut s'avérer une solution de choix lorsqu'une personne handicapée et/ou âgée n'a pas, provisoirement, les ressources financières pour des soins ou une surveillance nécessaire. Il peut aussi permettre à la famille d'avoir une période de répit pour se reposer, aller en vacances, etc. Mais il peut aussi avoir pour but de «faire un essai» dans un centre d'hébergement avant une demande permanente.

Ressources publiques au Québec

La plupart des séjours temporaires ont lieu dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou dans un centre d'hébergement. L'hébergement en centre de réadaptation, ainsi que l'hébergement en centre hospitalier de soins de courte durée, seront traités à part.

Clientèle: personnes handicapées et/ou âgées en perte d'autonomie.

Procédure: communiquez avec votre CLSC qui fera procéder à une évaluation à domicile par un de ses intervenants du CLSC (travailleur social, infirmier, ergothérapeute, physiothérapeute, etc.) et vous indiquera l'établissement de votre région dans lequel l'hébergement temporaire est possible. Délai : difficile à prévoir; cela dépend des places disponibles. Pour les personnes qui désirent aller en hébergement durant la période d'été, il est recommandé de faire la demande au moins trois mois à l'avance.

Coût: entre 5 \$ et 15 \$ par jour en général.

Renseignements: adressez-vous à votre CLSC. Si vous ne savez pas de quel CLSC vous dépendez, vous pouvez contacter:

♦ La Fédération des CLSC du Québec

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

Note: Les possibilités de choisir un endroit sont restreintes. L'accord de l'établissement où la demande est acheminée dépend des places disponibles, du degré d'autonomie de la personne, de son âge et du type d'handicap.



Hébergement temporaire dans un centre de réadaptation

Montréal métropolitain

Centre de réadaptation Lucie-Bruneau



C'est le seul centre de réadaptation à offrir un service d'hébergement temporaire (dépannage) pour les personnes handicapées dans la région métropolitaine de Montréal.

Nombre de places disponibles : très limité - pas déterminé à l'avance.

Durée du séjour : de 2 à 90 jours.

Clientèle: personnes handicapées physiques âgées de 18 à 65 ans, qui sont autonomes pour les activités de la vie quotidienne et ne présentent aucun problème majeur de désorientation ou de mémoire.

Coût: gratuit pour un court séjour (sauf si les personnes ont un organisme payeur).

Procédure: fournir un rapport médical et indiquer les dates exactes du séjour.

Hôpital Marie Enfant



Cet hôpital offre un programme de répit à ses patients seulement.

Bas-Saint-Laurent

 Centre de réadaptation l'InterAction Hôpital de Mont-Joli Téléphone : (418) 775-7261 Télécopieur: (418) 775-4108

Durée du séjour : entre 1 jour et 5 semaines.

Procédure : contacter directement le Centre.

Saguenay-Lac Saint-Jean

 Centre de réadaptation du Saguenay 766, du Cénacle Chicoutimi (Québec) G7H 2J2



Clientèle : surtout les personnes ayant une déficience intellectuelle.

Séjour : de 7 à 10 jours.

Coût: 15 \$ par jour.

Procédure : effectuer la demande directement au Centre.

Québec

 Centre Cardinal Villeneuve 2975, chemin Saint-Louis Sainte-Foy (Québec) G1W 2S8



Clientèle: enfants jusqu'à 17 ans, lourdement handicapés.

Séjour : fins de semaine, été, jours fériés - 3 places.

Procédure : contacter le Centre par écrit, au moins un mois avant le début du séjour prévu. Le Centre contacte ensuite les parents.

Mauricie-Bois-Francs

Centre hospitalier Cooke
 3450, rue Sainte-Marguerite
 Trois-Rivières (Québec) G8Z 1X3



Possibilité d'obtenir une place pour une personne âgée non autonome, en attente d'un hébergement permanent. La demande se fait via le CLSC.

Coût: selon le revenu de la personne.

Côte-Nord

Deux groupes communautaires offrent le programme de répit dans cette région.

Baie-Comeau

Le Répit Daniel Potvin Inc.

Teléphone : (418) 589-2343

Sept-Îles

♦ Le Répit des Îles



Laval

Hôpital juif de réadaptation
 3205, place Alton-Goldbloom
 Chomedey, Laval (Québec) H7V 1R2



Durée: 15 jours

Coût: gratuit (RAMQ) - sur orientation du médecin.

Hébergement temporaire en centres hospitaliers de courte durée (CHCD)

Partout au Québec

Pour connaître les possibilités d'hébergement temporaire en CHCD de votre région, contactez votre CLSC ou bien la Fédération des CLSC (si vous ne savez pas de quel CLSC vous dépendez)

Renseignements



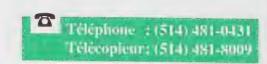
Région de Montréal

Deux centres hospitaliers offrent l'hébergement temporaire

Hôpital Catherine-Booth
de l'Armée du Salut

Ce centre dispose de 4 lits pour une période maximale de 21 jours.

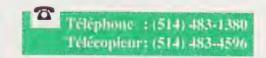
Clientèle: Adultes en perte d'autonomie.



Coût: 41,14 \$ par jour - Hébergement en chambre semi-privée.

Procédure : Évaluation par un intervenant du **CLSC** et acceptation par le comité d'admission de l'hôpital **Catherine-Booth**. Il est nécessaire d'être en liaison avec un hôpital en cas de situation médicale grave.

 L'Hôpital de convalescents Julius-Richardson



Clientèle: adultes non autonomes ou semi-autonomes. Clientèle essentiellement gériatrique; toutefois, le programme de répit accepte une clientèle plus jeune.

Nombre de places : 4

Durée du séjour : la durée de chaque répit importe peu ; par contre l'intervalle entre chaque période de répit doit être de 6 mois.

Coût: 20 \$ par jour dans une chambre de quatre personnes.

Procédure : évaluation par un intervenant du réseau de la santé et acceptation par un comité d'admission.

Ressources privées en hébergement temporaire

Il existe des résidences et des familles d'accueil privées offrant un service d'hébergement temporaire. Vous pouvez obtenir des références sur ces lieux d'hébergement en communiquant avec votre **CLSC** ou en faisant appel à des conseillers en hébergement (voir «*Page Jaunes*»).

En régions

Pour connaître les ressources privées en hébergement temporaire dans votre région, contacter votre CLSC ou bien si vous ne savez pas de quel CLSC vous dépendez, contactez :

La Fédération des CLSC



Montréal métropolitain

Le Centre de référence du Grand Montréal publie le «Répertoire des services communautaires du Grand Montréal», comportant, entre autres, des listes de ressources privées offrant un hébergement temporaire.

Centre de référence du Grand Montréal

Téléphone : (514) 527-1375

L'OPAHQ (Orientation des personnes âgées hébergement Québec) offre les services gratuits suivants :

- consultation:
- évaluation des besoins physiques, sociaux et économiques par un intervenant ;
- sélection de résidences et visite de résidences.

Montréal et Rive-Sud

Téléphone : (514) 677-9484 Télécopieur: (514) 677-9480

Frais d'appel acceptés

Laval

Téléphone : (514) 962-6809

Hébergement à court terme pour enfants handicapés

Montréal

 Société pour les enfants handicapés du Québec

Résidence Papillon 2300, boulevard René Lévesque Ouest Montréal (Québec) H3H 2R5

«Une heure pour moi»
Programme de répit et accompagnement

Maison de répit Oasis

Téléphone : (514) 937-1671

Téléphone : (514) 640-6030

Téléphone : (514) 768-7161

Capacité: 9 places pour enfants et adultes handicapés.

Durée : fin de semaine et éventuellement une semaine l'été.

Rive-Sud de Montréal

Boucherville

• Centre «Aux Quatre Poches»

Téléphone : (514) 641-1255

11

'hébergement, le logement et l'adaptation de domicile

Saint-Hubert

♦ Centre Hélène Provencher



L'hébergement permanent

Ressources publiques

L'hébergement permanent est une solution envisagée lorsqu'une personne handicapée et/ou âgée n'a pas les ressources financières suffisantes et que les services de maintien à domicile ne lui permettent pas de demeurer dans son milieu.

L'hébergement permanent peut avoir lieu dans différents établissements, selon le niveau d'autonomie, l'âge et les endroits disponibles. Il peut s'agir d'un centre d'accueil, d'hébergement ou d'une famille d'accueil * (on parle maintenant de «résidence d'accueil»). Il existe aussi des ressources d'hébergement privées qui seront traitées séparément.

* Une famille d'accueil peut accueillir jusqu'à neuf personnes et s'adresse à une clientèle en légère perte d'autonomie.

Procédure : communiquer avec votre **CLSC** qui pourra faire effectuer une évaluation à votre domicile par un travailleur social.

Délai : plus long que pour un hébergement temporaire car il y a moins de roulement.

Coût : calculé en fonction des revenus.

Si vous ne savez pas à quel CLSC vous adresser, veuillez communiquer avec la Fédération des CLSC du Québec qui vous donnera les coordonnées du CLSC dont vous dépendez :

Fédération des CLSC

Téléphone : (514) 931-1448 Sans frais : 1 800 361-4661

Ressources privées

Si vous entreprenez des démarches dans le secteur privé, vous pourrez obtenir une assistance et/ou une liste de résidences à votre CLSC.

Il existe des centres de référence pour les personnes âgées autonomes, semi-autonomes et non autonomes désireuses d'aller en résidence privée. La clientèle plus jeune, en perte d'autonomie, peut aussi faire appel à leurs services gratuitement.

En régions

Pour connaître les ressources privées en hébergement permanent dans votre région, contacter votre CLSC ou, si vous ne savez pas de quel CLSC vous dépendez :

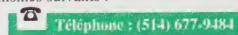
♦ La Fédération des CLSC



Région de Montréal

Vous pouvez vous adresser, entre autres, aux 2 organismes suivants :

L'OPAHQ
 (Orientation des personnes âgées hébergement Québec)



Téléphone : (514) 383-6286

♦ Le Centre Visavie

(Région de Montréal, mais aussi quelques régions des Laurentides et de l'Estrie).

Les deux organismes ci-contre offrent sensiblement les mêmes services, gratuits, de :

- consultation, accompagnement;
 soutien;
 orientation;
- évaluation des besoins ;
 visites des résidences ;
- sélection des résidences adaptées à vos besoins et votre budget.

Note: Vous pouvez obtenir la liste 1995 des résidences privées pour personnes âgées sur le territoire de Montréal, Laval et la Rive-Sud pour un coût de 15 \\$, au :

Centre de référence du Grand Montréal 881, boulevard de Maisonneuve Est Montréal (Québec) H2L 1Y8



Le logement

Tout d'abord, lorsque vous recherchez un logement, vous devez faire la distinction entre un logement « accessible » et un logement « adapté » :

Logement «accessible» (concerne l'accès de l'extérieur à l'intérieur et vice versa) : cela signifie que l'on peut accéder au logement en fauteuil roulant, sans qu'il y ait les adaptations requises pour accéder aux commodités à l'intérieur du logement (ex. : comptoirs plus bas, espace dégagé sous l'évier, etc.). Dans certains cas, le logement accessible permet la circulation intérieure avec le fauteuil roulant (couloirs et portes plus larges).

Logement «adapté» (concerne l'adaptation intérieure du logement); cela signifie que le logement comporte des adaptations facilitant l'accès aux diverses commodités du logement, ex. : des mains-courantes le long des murs, rampes, barres d'appui dans la salle de bains, hauteurs des lavabo et des espaces de rangement étudiés selon les besoins de l'occupant, espaces de virage pour les fauteuils roulants, etc.

HLM (Habitation à loyer modique) via l'Office municipal d'habitation

Une **HLM** est un immeuble d'habitation administré par un organisme public appelé Office municipal d'habitation (**OMH**). Les logements sont réservés aux personnes à faibles revenus (personnes qui consacrent plus de 30 % de leur revenu à leur loyer), ainsi qu'aux personnes handicapées ayant des difficultés de déplacement.

Les HLM comportent un certain nombre de logements accessibles et/ou adaptés. Le ratio et les procédures d'admission varient d'une municipalité à l'autre. Une demande peut être faite dans plusieurs municipalités à la fois, pour les personnes utilisant un fauteuil roulant.

Critères d'obtention d'une HLM

- Être citoyen canadien ou résident permanent du Québec.
- Être autonome, c'est-à-dire en mesure de satisfaire de façon autonome ses besoins essentiels, ou fournir la garantie qu'on reçoit l'aide nécessaire d'un organisme reconnu.
- Les revenus de la famille ne doivent pas dépasser les seuils prévus par la SCHL et la SHQ.
- Posséder une prescription de fauteuil roulant à usage quotidien (s'applique uniquement pour obtenir un logement adapté).

Coût: 25 % des revenus.

Demande d'admission

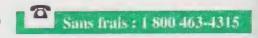
Remplir le formulaire de demande de logement que vous pouvez obtenir en appelant l'Office municipal d'habitation (OMH) de votre secteur ou du secteur dans lequel vous souhaiteriez résider.

Note: Si la personne qui fait la demande est dans l'impossibilité de se présenter pour des raisons d'accessibilité, elle peut demander à quelqu'un de s'y rendre à sa place. La personne qui fait la demande devra cependant, fournir un rapport médical.

Partout au Québec

Vous pouvez obtenir les coordonnées de votre Office municipal d'habitation en appelant :

La SHQ (Société d'Habitation du Québec)



Montréal

Quantité de logements

Environ 625 logements sont accessibles et adaptés (ex. : comptoirs plus bas).

Critères d'obtention d'une HLM

- Avoir 18 ans et plus.
- Etre résident permanent ou citoyen canadien.
- Posséder une prescription de fauteuil roulant à usage quotidien.
- Limite maximale de revenu brut mensuel :
 - personne seule : 1500 \$
 - 2 adultes sans enfant:1850 \$
- Être autonome.

Coût: 25 % des revenus.

Demande d'admission

Remplir le formulaire de demande de logement que vous pouvez obtenir en appelant ou en vous présentant à :

L'OMHM

(L'Office municipal d'habitation de Montréal) 415, rue Saint-Antoine ouest Montréal (Québec) H2Z 1H8 Téléphone : (514) 872-2016 Télécopieur: (514) 872-2526

Avec le formulaire, vous devrez aussi fournir les documents suivants :

- preuve d'autonomie;
- déclaration d'impôts de l'année précédente ;
- copie du bail;
- papier d'immigration s'il y a lieu.

Délai

D'un quartier à l'autre, la liste d'attente est plus ou moins longue. La demande peut être traitée en quelques semaines si la personne ne demande pas un quartier en particulier.

Laval

L'Office municipal d'habitation de Laval administre 1375 logements et certains immeubles sont accessibles pour les personnes handicapées.

Critères d'obtention

- Avoir 18 ans et plus.
- Etre citoyen canadien ou résident permanent et résident du Québec.
- Posséder une prescription de fauteuil roulant à usage quotidien.
- Limite maximale de revenu brut mensuel :
 - moins de 65 ans : 1500 \$
 - 65 ans et plus : 1500 \$
 - retraités : 2 personnes (non couple) 1 833 \$
 - 2 adultes et 1 enfant : 1833 \$
 - 2 adultes et 2 enfants : 2083 \$
 - 1 adulte et 2 enfants : 1833 \$
 - 2 adultes sans enfant (couple): 1583 \$
 - 2 adultes sans enfant (non couple): 1500 \$
 - personne seule: 1500 \$
 - 6 personnes et plus : 3167 \$

Coût: 25 % des revenus.

Demande d'admission

Compléter le formulaire de demande de logement que vous pouvez obtenir en appelant ou en vous présentant à :

L'OMHL

(Office municipal d'habitation de Laval) 3090, boulevard Le Carrefour, bureau 200 Laval (Ouébec) H7T 2J7

Mardi ou jeudi:

8 h 30 à 12 h 00

13 h 15 à 16 h 30.

Avec le formulaire, vous devrez aussi fournir les documents suivants :

- preuve d'autonomie;
- preuve de vos revenus actuels;

Téléphone : (514) 688-0184

Télécopieur: (514) 688-9023

- déclaration d'impôts de l'année précédente ;
- travail actuel et précédent ;
- · copie du bail précédent et actuel;
- papier d'immigration s'il y a lieu;
- cartes d'assurance-maladie et sociale.

Délai

D'un quartier à l'autre, la liste d'attente est plus ou moins longue. La demande peut être traitée en quelques semaines si la personne ne demande pas un quartier en particulier.

Longueuil

Quelques bâtiments sont accessibles et seulement douze d'entre eux permettent la circulation intérieure en fauteuil roulant, sans être complètement adaptés. Ces bâtiments, conçus pour des personnes retraitées, possèdent un ascenseur. Quelques bâtiments peuvent recevoir des familles dont un des membres utilise un fauteuil roulant.

Critères

- Être résident permanent ou citoyen canadien.
- Un membre de la famille doit utiliser un fauteuil roulant pour la majorité de ses déplacements.
- Limite de revenu maximal brut mensuel :
 - moins de 65 ans personne seule ou couple : 1500 \$
 - 65 ans et plus personne seule ou couple : 1500 \$
 - 2 adultes sans enfant: 1792 \$
 - 2 adultes avec enfant: 1792 \$

Coût: 25 % des revenus + taux de base pour l'élecricité.

Demande d'admission

Contacter l'**OMHL** (Office municipal d'habitation de Longueuil) 445, Labonté Longueuil (Québec) J4H 2P8

Société d'habitation et de développement de Montréal

La SHDM, organisme paramunicipal à but non lucratif, est propriétaire de 5600 logements rénovés destinés aux familles, aux personnes seules, aux personnes préretraitées et aux personnes handicapées. Sur ce nombre, 1500 sont accessibles en fauteuil roulant, dont 1118 dans 16 résidences pour personnes retraitées ou préretraitées. Parmi les logements accessibles, 50 ont été adaptés aux besoins des locataires et il est possible d'en modifier d'autres selon les demandes.

Coût : comparable au marché ou aux bas loyers du marché.

Procédure : remplir un formulaire de demande de logement pour besoins spécifiques.

SHDM
 (Société d'habitation et de développement de Montréal)



Le programme de logement sans but lucratif privé

Ce programme est un programme de subvention permettant d'obtenir un logement à un prix généralement similaire à celui d'une **HLM**, mais dans une coopérative d'habitation ou dans un immeuble administré par un organisme sans but lucratif.

Conditions d'admissibilité: les mêmes que pour une HLM, mais éventuellement avec des conditions complémentaires.

Procédure : variable selon les coopératives et les organismes sans but lucratif.

Renseignements

♦ La Société d'habitation du Québec (SHQ)



La Société LOGIQUE (Service d'information-logement)

La Société Logique offre un service d'information sur les logements accessibles et/ou adaptés de l'île de Montréal, incluant les logements dans les coopératives et les sociétés d'habitation sans but lucratif, et excluant les logements situés dans les HLM

Pour Laval et la Rive-Sud, les personnes intéressées sont dirigées vers des organismes de référence et le service est offert gratuitement.

Voir les coordonnées à la page 502.

Supplément au loyer via SHQ et SCHL

Le supplément au loyer est un programme d'aide financière de la SHQ (Société d'habitation du Québec) et de la SCHL (Société canadienne d'hypothèque et de logement) qui a pour but de permettre aux personnes handicapées à faible revenu d'habiter dans des logements adéquats privés en payant un loyer comparable à celui d'une HLM.

La SHQ (Société d'habitation du Québec)

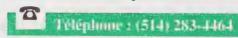
La SHQ nomme un organisme responsable par région pour gérer le programme. Pour connaître votre organisme régional, communiquer avec :

♦ SHQ : Régional du Québec

Montréal: (514) 873-8130 Sans frais: 1 800 463-4315 Quebec: (418) 643-7676

La SCHL: la Société canadienne d'hypothèque et de logement offre des renseignements et des services particuliers aux personnes ayant une déficience auditive ou visuelle et à celles qui éprouvent des difficultés à utiliser du matériel imprimé. :

♦ SCHL



Rôle de l'organisme responsable (SHQ ou SCHL)

- Sélectionner les locataires.
- Déterminer l'admissibilité des logements (qui peuvent être en construction ou devenir libres à une date ultérieure).
- Le logement doit répondre aux besoins spécifiques du locataire handicapé (une personne de l'organisme responsable inspecte tous les logements).
- . Le coût du loyer ne doit pas excéder le loyer mensuel moyen reconnu par la SHQ et la SCHL (comparable au loyer moyen sur le marché).

Pour Montréal:

- 410 \$ pour moins de 65 ans seul(e).
- 425 \$ pour moins de 65 ans en couple.
- « Signer une entente avec le propriétaire, portant sur le nombre de logements, le loyer initial, le niveau d'augmentation du loyer, l'adaptation et l'accessibilité du logement. Faire apparaître sur le bail, les clauses supplémentaires suivantes :
 - Part du locataire et montant du supplément au loyer;
 - Modifications devant être apportées au logement pour le rendre adapté aux besoins spécifiques de la personne handicapée.

Montant de la subvention

Chaque année, l'organisme responsable détermine :

- · le montant total du loyer reconnu pour les fins de subventions ;
- · la part du loyer payée par le locataire en fonction de ses revenus ;
- · le supplément au loyer qui sera versé au propriétaire.

(Généralement, la contribution d'un ménage de deux personnes ne dépasse pas 30 % du revenu brut).

Critères d'admissibilité

- · Être une personne handicapée à mobilité réduite.
- Être âgé de moins de 65 ans.
- · Avoir des difficultés d'accès à un logement non-adapté.
- Avoir un revenu annuel n'excédant pas 18 000 \$ par année pour une personne seule ou un couple.

Procédures

- Communiquer avec l'organisme responsable de votre région pour ouvrir un dossier.
- · Fournir tous les renseignements médicaux requis.
- Être évalué par deux professionnels de la santé de l'organisme responsable de votre région.
- Le candidat qui répond aux critères d'admissibilité verra son dossier acheminé au responsable des ressources résidentielles qui le convoquera pour remplir le questionnaire et passer une entrevue.
- Le candidat devra avoir en sa possession une preuve de résidence (bail, contrat de location, etc.) et ses preuves de revenus (déclaration d'impôt, relevés, TP4, etc).
- Le candidat accepté sera placé en liste d'attente en fonction de son évaluation.

Les organismes responsables dans les régions du Québec

Pour obtenir les coordonnées de l'organisme responsable de votre région, communiquez avec

La SHQ (Société d'habitation du Québec)

Téléphone : (418) 643-7676 Sans frais : 1 800 463-4315

Les organismes responsables dans la région de Montréal

Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

Admission



Téléphone : (514) 527-4521

Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

Ressources résidentielles



Important! Vous pouvez faire une demande de supplément au loyer même si vous n'avez aucun logement en vue. Il est avantageux de faire votre demande le plus tôt possible en raison d'une liste d'attente.

Note: Une personne qui quitte un logement subventionné perd tous les avantages du programme. Sachez que la subvention est rattachée au logement et non à la personne.

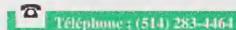
Adaptation de domicile

Afin de répondre aux besoins d'autonomie sans cesse croissants des personnes handicapées, des organismes publics et privés, en collaboration avec les utilisateurs, recherchent les meilleures solutions pour adapter les logements à chaque cas.

Certains CLSC ont élaboré des guides d'adaptation de domicile. Vérifier avec votre CLSC.

La SCHL (Société canadienne d'hypothèque et de logement) a édité «Le guide d'adaptation de domicile ».

Renseignements



Quelles sont les aides financières auxquelles vous avez droit et comment en faire la demande

Trois organismes peuvent vous fournir une aide financière, selon la cause de votre handicap.

1 • La SHQ (Société d'habitation du Québec)

Programme PAD (Programme d'adaptation de domicile)

Si la cause de votre handicap n'est ni un accident de voiture, ni un accident du travail.

2. La SAAQ (Société de l'assurance automobile du Québec)

Si la cause de votre handicap est un accident de voiture.

3 • La CSST (Commission de la santé et sécurité au travail)

Si la cause de votre handicap est un accident du travail.

1. SHQ (Société d'habitation du Québec) - Programme PAD

Programme accordant des subventions aux personnes handicapées pour leur permettre de rendre accessible et faire adapter leur domicile selon leur condition physique.

Montant des subventions

- Jusqu'à 8000 \$ pour les locataires.
- Jusqu'à 16 000 \$ pour les propriétaires.

Critères

- Etre handicapé, propriétaire ou locataire du domicile déjà occupé, qui sera occupé ou à construire.
- Ne pas être éligible à la SAAQ (Société d'assurance automobile du Québec), à la CSST (Commission de la santé et sécurité au travail) ou à un autre régime d'assurance privé ou public.

À qui vous adresser pour demander ce programme?

- Contactez votre CLSC (Centre local des services communautaires) afin d'obtenir un rapport d'un ergothérapeute pour l'évaluation de vos besoins (prévoir une liste d'attente).
- Remplir un formulaire de demande d'aide provisoire et fournir une copie du rapport de l'ergothérapeute.

Délai: 6 mois à 3 ans.

- Québec
- Montréal
- Ailleurs au Québec

- Téléphone : (418) 643-7676
- Téléphone : (514) 873-2130
- Sans frais : 1800 403-4315

Note: Vous pouvez aussi obtenir des informations sur ce programme auprès de votre municipalité ou votre MRC (Municipalité régionale de comté).

2. SAAQ (Société d'assurance automobile du Québec)

(Accident d'auto)

Dans le cadre de son programme de réadaptation, la SAAQ peut rembourser les frais d'adaptation de domicile (même locatif), à une victime d'accident d'automobile dans la mesure où ses besoins sont reliés à l'accident, et non à une maladie.

Note: Votre conseiller en réadaptation peut aussi vous informer à ce sujet.

Renseignements



3. Commission de la santé et sécurité au travail

(Accident de travail)

Dans le cadre de son programme de réadaptation sociale, la **CSST** peut rembourser les frais d'adaptation de domicile à une victime d'accident du travail, dans la mesure où ses besoins en adaptation sont reliés à l'accident, et non à une maladie.

Voir CHAPITRE 13 - «LE TRAVAIL» pour la liste des bureaux de la CSST.

Comment obtenir des références d'entreprises aptes à adapter votre logement ?

Pour obtenir les références de fabricants, installateurs, architectes, distributeurs de matériels, ébénistes, menuisiers, demandez :

- À votre ergothérapeute (CLSC).
- À votre centre de réadaptation.
- Au mandataire du programme PAD : SHQ (Société d'habitation du Québec) à Montréal et en régions.
- À votre MRC (Municipalité régionale de comté).
- À l'APCHQ (Association provinciale des constructeurs d'habitations du Québec)
- À la RBQ (Régie du Bâtiment du Québec) anciennement RECQ (Régie des entrepreneurs en construction du Québec) aux numéros de téléphone suivants :
- RBQ

Téléphune r (514) 873-0976 Sans frais : 1 800 361-0761

En plus d'être certifiés par la RBQ, plusieurs entrepreneurs sont membres de l'APCHQ et certains sont reconnus par la division des garanties de l'APCHQ.

Les bureaux de l'APCHO

Au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Téléphone: (418) 668-0589 Télécopieur: (418) 668-6654

Chicoutimi

Téléphone: (418) 549-8046 Télécopieur: (418) 549-3409

Ouébec

Québec

Téléphone: (418) 683-3353 Télécopieur: (418) 682-3851

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 375-2336 Télécopieur: (819) 375-5209

Drummondville

Téléphone: (819) 477-3638 Télécopieur: (819) 477-1711

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 563-9643 Télécopieur: (819) 563-0000

Montréal

Montréal métropolitain

Téléphone : (514) 354-8722 Télécopieur: (514) 355-7777

Outaouais

Gatineau

Téléphone: (819) 561-7000 Télécopieur: (819) 561-0186

Abitibi-Témiscamingue

Via le bureau d'Anjou

Sans frais : 1 800 468-8160 Téléphone: (514) 353-9960 Télécopieur: (514) 353-4825

Chaudière-Appalaches

Thetford-Mines

Téléphone: (418) 338-9465 Télécopieur: (418) 338-9465

Lanaudière

Joliette

Téléphone: (514) 759-8559 Télécopieur: (514) 759-6773

Montérégie

Granby

Téléphone: (514) 777-3177 Télécopieur: (514) 777-8399

Valleyfield

Téléphone: (514) 371-1363 Télécopieur: (514) 371-2725

- La Garantie des Maisons Neuves de l'APCHQ
- La Garantie Rénovation

Téléphone : (514) 353-1120

Téléphone : (514) 353-5069 Sans frais: 1800 361-1633

Note : Plusieurs fabricants et distributeurs de plateformes-élévatrices acceptent aussi des contrats d'aménagement. Veuillez vérifier directement auprès des fabricants en appelant la RBQ (Régie du Bâtiment du Québec).

Société LOGIQUE Inc.
 3250, boulevard Saint-Joseph Est
 Montréal (Québec) H1Y 3G2



La Société Logique est un organisme sans but lucratif, fondé en 1981 par un groupe de professionnels, en majorité des personnes handicapées. Cette équipe multidisciplinaire est composée de : gestionnaire, architecte, dessinateur, urbaniste, agent de communication et personnel de soutien, et fait la promotion et la réalisation d'un nouveau concept architectural axé sur l'accessibilité universelle.

Services

- Informations et références sur le logement pour les personnes handicapées. Liste de logements disponibles (voir à la section «Logement»).
- Consultation technique en adaptation de domicile (SHQ, SAAQ, CSST).
- Évaluation de l'accessibilité et du potentiel de tranformation et d'adaptation des bâtiments et des sites.
- Consultation technique en accessibilité universelle pour les édifices publics, les espaces extérieurs, les projets d'habitation, etc., incluant estimation des coûts, croquis, devis et visites en cours de chantier.
- Recherche et élaboration de solutions à des problématiques particulières.

Si vous habitez à l'extérieur de la région métropolitaine, vous pouvez utiliser les services de la **Société Logique** à titre de consultant.

Aide au déménagement

Vous déménagez ? Vous avez besoin d'aide ?

Communiquez avec votre CLSC qui vous mettra en contact avec les ressources qui peuvent le mieux vous aider (bénévoles ou déménagements à prix réduits).

Certains CLSC ont même rédigé des brochures pour vous guider dans votre déménagement. Interrogez le vôtre !



ES ENTREPRISES LEVABEC



- Produits haut-de-gamme
- Expert dans le domaine
- Sécuritaire
- Prix compétitifs



- Fabrication soignée
- Innovateur
- Choix de finition
- Documentation disponible
- · Autres modèles disponibles

« Détenteur d'une licence d'entrepreneur spécialisée de la Régie du Bâtiment »



15 740 Demers, St-Hyacinthe (Québec) J2T 3T8

TÉL.: (514) 773-9977 / Fax: (514) 773-6011

Sans frais: 1-800-311-9977





Office municipal d'habitation de Montréal 415, rue Saint-Antoine Ouest Montréal (Québec) H2Z 1H8

Notre préoccupation : le logement social.

Pour renseignements: 872-2016

Tél.: (514) 323-8206

Télécopieur: (514) 323-0644

Cellulaire: 592-3620

Les Entreprises Yves Lalonde

2423-5301 Québec inc.

VENTE - INSTALLATIONS - SERVICE FERME-PORTES DE TOUS GENRES RÉPARATION D'ENTRÉES D'ALUMINIUM AUTOMATIQUES ET MANUELLES, COMMERCIALES

11876, Éthier Montréal-Nord ((

Montréal-Nord (Québec) H1H 3H6

SERVICE 24 HRES

ACCESSIBILITÉ UNIVERSELLE



Conception d'aménagement accessible, incluant plans, devis et estimation

Adaptation de lieux et postes de travail

Adaptation de domicile (PAD, SAAQ, CSST)

En collaboration avec Pierre Richard, architecte

ATS • Tél. (514) 522-8284 • 3250, St-Joseph est, Montréal (Québec) H1Y 362



PUBLICITÉ DE SOUTIEN

ADAPTATION DE DOMICILE

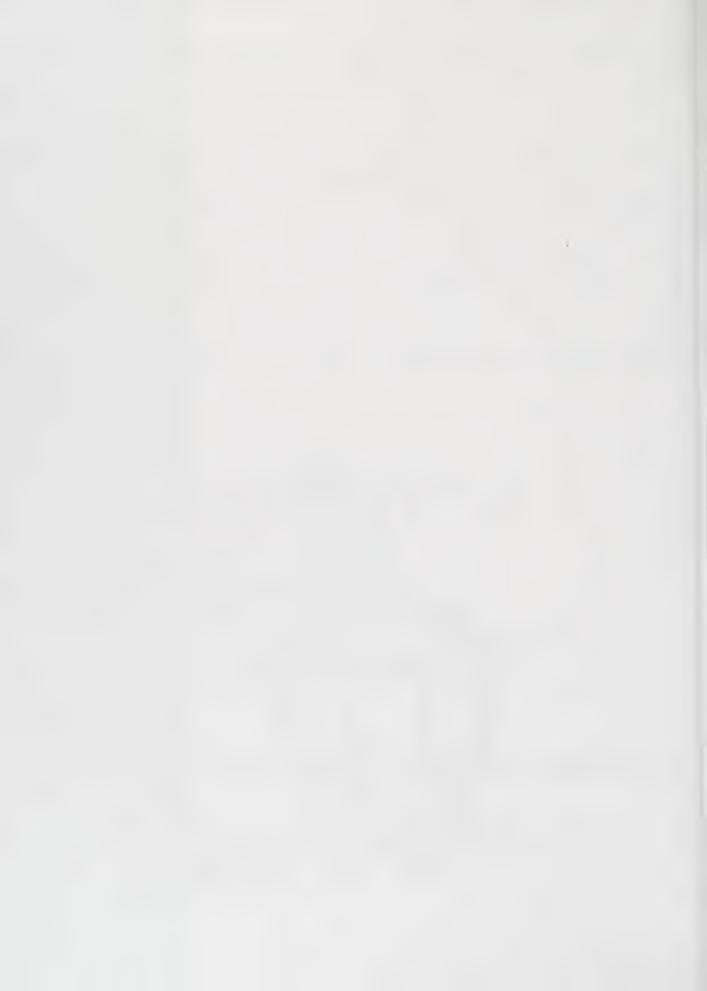
· SOCIÉTÉ LOGIQUE INC.

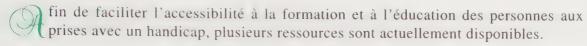
3250, boulevard St-Joseph Est, Montréal (Québec) H1Y 3G2 (514) 522-8284

CHAPITRE 12

L'éducation et la formation







Veuillez bien noter que de nombreux organismes offrant de la formation sont cités dans le chapitre «LE TRAVAIL» (les SEMO par exemple). Ces organismes offrent des activités axées plus spécifiquement sur l'intégration au travail.

Niveaux primaire et secondaire

Selon la *Loi sur l'instruction publique*, toute personne a droit aux services de formation et d'éveil à l'éducation préscolaire, aux services d'enseignements primaire et secondaire ainsi qu'aux autres services éducatifs et ce, gratuitement. L'élève, ou ses parents, a le droit de choisir l'école qui lui convient le mieux parmi celles de la commission scolaire dont il relève.

Ce sont les commissions scolaires qui sont chargées d'adapter les services éducatifs aux élèves handicapés et aux élèves en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage, selon leurs besoins. Le but visé prioritairement reste l'intégration aux classes ordinaires.

À cet effet, les commissions scolaires adoptent des normes d'organisation des services, suite aux recommandations d'un comité consultatif des services aux élèves handicapés. Ce comité est formé de parents, d'intervenants des écoles, d'organismes indépendants qui dispensent des services aux élèves handicapés et d'un directeur d'école. La commission scolaire nomme également un responsable de ces services.

Au niveau de l'école, un plan d'intervention individuel est établi par le directeur d'école, en collaboration avec les parents de l'élève, le personnel qui dispense les services adaptés et l'élève lui-même quand c'est possible. Ce plan est conçu pour faciliter les apprentissages et l'insertion sociale de l'élève.

Ministère de l'Éducation du Québec

Téléphone ; (514) 873-2210 Sans frais : 1 800 361-4886

 Fédération des commissions scolaires du Québec Téléphone : (418) 651-3220

12

Niveau collégial

Ministère de l'Éducation du Québec
 Direction générale de
 l'enseignement collégial

Téléphone : (418) 643-0357

L'admission à un programme d'étude ou à un cours ne peut être refusée à une personne sur la base de sa déficience. Le cégep concerné doit, dans la mesure du possible, fournir des services palliatifs pour permettre l'accès aux activités pédagogiques. Un refus peut se produire si le cégep prouve hors de tout doute qu'il ne peut pas faire les aménagements nécessaires à l'accueil de la personne.

L'étudiant handicapé qui désire fréquenter un cégep doit faire connaître ses besoins particuliers et fournir au responsable de l'établissement toutes les pièces requises pour la préparation du plan d'intervention individuel. Le cégep concerné peut alors se référer à l'un des établissements qui reçoivent un budget spécial du **ministère de l'Éducation** pour assumer la mission globale d'accueil et d'intégration des personnes handicapées inscrites à la grandeur du réseau. Les cégeps responsables sont :

Cégep du Vieux-Montréal
 Ce cégep dessert l'ouest du Québec

Tőléphone + (514) 982-3437

poste 2054

ATS + (514) 982-3443

Cégep de Sainte-Foy
 Ce cégep dessert l'est du Québec

Téléphone : (418) 659-6600

Dawson College (Montréal)

Téléphone : (514) 931-8731

Le Collège Dawson de Montréal, à clientèle anglophone, accueille aussi chaque année un grand nombre d'étudiants handicapés et reçoit une aide financière du ministère. Toutefois, il n'est pas considéré comme un cégep désigné pour l'intégration des personnes handicapées.

Services offerts

- Interprétariat : pour les étudiants avec une déficience auditive.
- ° Tutorat linguistique : pour les étudiants sourds qui ont de la difficulté en français.

- Groupes homogènes : cours de français et de philosophie.
- Services de prise de note : étudiants avec déficience auditive, déficience visuelle ou motrice.
- Lecture sur cassette : étudiants avec une déficience visuelle.
- Service d'accompagnement physique : étudiants avec déficience motrice.
- Transcription de documents en braille littéraire, informatique, musical, mathématique et scientifique.
- Documents de référence en braille.
- Grossissement de caractère.
- Documents audiovisuels sous-titrés.
- Services spéciaux (cas par cas).

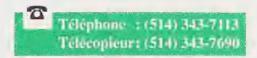
Niveau universitaire

Les services palliatifs dispensés dans le milieu universitaire sont spécifiques à chaque établissement, selon les ressources disponibles et la clientèle. En gros, les services qu'on tend à assurer sont les mêmes que ceux dispensés au niveau collégial. Pour plus de renseignements, veuillez contacter l'université où vous désirez étudier.

Associations et organismes

Association Québécoise des Étudiants(es) Handicapés(es) au Post-Secondaire inc. / Quebec Association of Post Secondary Disabled Students

Université de Montréal
 3200, rue Jean-Brillant, local B-2253
 Montréal (Québec) H3T 1N8



Objectifs

- Promouvoir la défense des droits et des intérêts des étudiants handicapés au postsecondaire, dans une approche multi-déficience.
- Favoriser l'intégration des étudiants atteints d'une déficience physique, sensorielle ou d'apprentissage dans les institutions d'enseignement post-secondaire publiques et privées.
- Favoriser la concertation entre les étudiants handicapés au niveau post-secondaire.

17

- Diffuser de l'information à ses membres sur tous les aspects concernant la vie d'étudiant handicapé au niveau post-secondaire.
- Informer et sensibiliser la population au vécu et aux besoins des étudiants handicapés au niveau post-secondaire.
- Favoriser la création d'associations d'étudiants dans chaque institution d'enseignement post-secondaire publique et privée.
- Assurer la représentation des associations d'étudiants handicapés au post secondaire, dans une approche multi-déficience.
- Encourager l'embauche d'étudiants handicapés sur le marché du travail régulier.

Services offerts

- Diffusion de l'information aux membres sur tous les aspects concernant la vie d'étudiant handicapé au post-secondaire.
- Contact avec tous les dispensateurs de services dans les institutions d'enseignement post-secondaire.
- Permanence téléphonique permettant des réponses aux demandes d'informations et référence aux organismes appropriés.

Note: Ces services sont offerts en français et en anglais.

Éducation aux adultes

Pour connaître les services offerts dans votre région en ce qui a trait à l'éducation aux adultes et aussi aux services disponibles pour les personnes handicapées, veuillez contacter les ressources suivantes :

- Les bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la maind'oeuvre (la liste de ces bureaux apparaît dans le chapitre «LE TRAVAIL»).
- ° La commission scolaire de votre région
 - Fédération des commissions scolaires du Québec





Formation à distance

Niveau secondaire

Si un élève veut s'inscrire aux cours de formation à distance de niveau secondaire, il doit contacter la commission scolaire de sa région. Si l'élève ne sait pas à quelle commission scolaire s'adresser, il peut téléphoner au

 Ministère de l'Éducation du Québec Montréal Téléphone : (514) 873-2210 Sans frais : 1 800 361-4886

Niveau collégial

Centre collégial de formation à distance

Téléphone : (514) 864-6464 Sans frais : 1 800 665-6400 Télécopieur: (514) 864-6400

Niveau universitaire

◆ Télé-Université

Montréal : (514) 522-3540 Québec : (418) 657-2262 Sans frais : 1 800 665-4333

Constituante de l'Université du Québec, Télé-Université oeuvre spécifiquement à distance et dessert en priorité la clientèle francophone du Québec. Elle offre de multiples programmes (baccalauréat, certificat, diplôme de 2e cycle, etc.) dans différents secteurs d'activité : administration, assurance, communication, crédit commercial, environnement, informatique, langues, relations industrielles, sciences et sciences sociales.

Les diplômes obtenus sont sanctionnés par l'Université du Québec et il est possible d'obtenir un grade de bachelier issu d'un cumul de certificats. L'étudiant doit acquitter les frais suivants : frais d'admission ou de changement de programme, frais de scolarité, frais généraux, frais liés aux services aux étudiants, frais liés à la documentation et, s'il y a lieu, les frais liés aux vidéocassettes.

L'étudiant à temps complet peut bénéficier du programme de prêts et bourses du ministère de l'Éducation du Québec.

Télé-Université offre certaines possibilités aux personnes handicapées. Il s'agit pour ces personnes de préciser la nature de leur handicap au moment de l'admission et de le mentionner lors de toute inscription ultérieure.

Autres universités

Les universités non affiliées à l'Université du Québec offrent également des services d'éducation à distance. Nous vous invitons à les contacter pour plus de renseignements.

Aide financière

Ministère de l'Éducation du Québec

Le ministère de l'Éducation offre deux programmes d'aide financière aux personnes atteintes d'une déficience fonctionnelle majeure qui suivent des études à temps plein ou partiel.

Programmes des prêts et bourses

La personne atteinte d'une déficience fonctionnelle majeure peut, comme toute autre personne, avoir accès au Programme des prêts et bourses, si elle ne dispose pas de ressources financières suffisantes pour faire des études secondaires en formation professionnelle, des études collégiales ou des études universitaires.

Le programme peut couvrir les frais de subsistance, de scolarité, de transport et certains frais particuliers. Comme l'aide est versée sous la forme de bourses seulement, la personne bénéficiaire n'a donc aucun remboursement à faire à la fin de ses études.

Programme d'allocations pour les besoins particuliers

Indépendamment du Programme des prêts et bourses et quelle que soit la situation financière de la personne aux études atteinte d'une déficience fonctionnelle, le **ministère de l'Éducation** peut également lui attribuer une ou des allocations pour couvrir certains besoins particuliers relatifs aux ressources matérielles, aux services spécialisés et au transport adapté.

Les allocations peuvent être versées du début jusqu'à la fin des études, c'est-à-dire du primaire à l'université, à condition qu'aucun autre organisme ne couvre les dépenses relatives au besoin en question.

Renseignements supplémentaires

Pour obtenir des renseignements supplémentaires relatifs au Programme des prêts et bourses et au Programme d'allocations pour les besoins particuliers, on peut s'adresser au bureau d'aide financière de l'établissement d'enseignement :

- Service téléphonique interactif à Montréal
- Service de l'accueil et des renseignements Direction générale de l'aide financière aux étudiants



De plus, on peut consulter la brochure intitulée *Pour les personnes atteintes d'une déficience fonctionnelle*. Cette brochure, qui contient l'ensemble des renseignements de ces deux programmes, est disponible dans tous les bureaux d'aide financière des établissements d'enseignement.

SPRINT (Subventions et prêts individuels aux travailleurs et travailleuses)

Offert par la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre, en collaboration avec les caisses populaires Desjardins et les établissements d'enseignement secondaire et collégial, ce programme permet aux travailleurs qui désirent obtenir un diplôme ou une attestation de formation professionnelle de bénéficier d'une aide financière pour retourner aux études à temps plein.

Critères d'admissibilité

- Avoir été actif sur le marché du travail pendant les six dernières années civiles (janvier à décembre) précédant l'année de la demande d'adhésion.
- Avoir le statut de salarié au cours de l'année de référence.
- Résider au Québec depuis au moins un an au moment de la demande d'adhésion.
- Etre citoyen canadien ou résident permanent.
- Satisfaire aux normes de crédit reconnues pour le programme SPRINT.

Toutefois, vous n'êtes pas admissible si

- vous avez fréquenté à temps plein un établissement d'enseignement secondaire, collégial ou universitaire pendant les six années civiles qui précèdent la demande d'adhésion;
- · vous avez débuté votre formation à plein temps au moment de la demande d'adhésion ;
- · vous recevez de l'aide financière aux étudiants (prêts et bourses) en même temps ;
- vous participez à une mesure ou à un programme fédéral ou québécois de formation de la main-d'oeuvre (subventionné) en même temps.

Formations admissibles

- Programme de formation professionnelle (secondaire ou collégial) offert par un établissement reconnu.
- La formation ne doit pas dépasser 12 mois d'études à temps plein (16 mois en tenant compte des congés).
- La formation doit permettre d'obtenir une sanction officielle reconnue par le **minis- tère de l'Éducation du Québec** (diplôme d'études professionnelles, attestation de spécialisation professionnelle, diplôme d'études collégiales professionnel, attestation d'études collégiales).

Aide financière

- Un prêt, sous forme de marge de crédit, est accordé au participant ainsi qu'une subvention, afin de maintenir les revenus à environ 90 % du revenu d'emploi de l'année de référence. Le prêt doit être remboursé à la fin de la formation et bénéficie des mêmes taux d'intérêt que les prêts aux étudiants réguliers.
- La part de ces deux aides financières varie d'une personne à l'autre selon de nombreux critères.

Renseignements

♦ Centre de gestion SPRINT



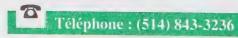
Éducation populaire

L'éducation populaire, telle que définie par le ministère de l'Éducation du Québec, vise les objectifs suivants :

- favoriser une prise de conscience individuelle ou collective des conditions de vie, dans le but de mieux les comprendre et de les surmonter ou d'influencer les choix personnels et collectifs ;
- l'autonomie des individus, la prise en main individuelle ou collective, l'autodétermination des milieux et des groupes sociaux ;
- · développer les capacités d'analyse critique, de choix, de stratégies et d'évaluation ;
- favoriser la participation active à la vie démocratique.

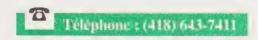
Pour avoir la référence des organismes dispensant des activités en éducation populaire, veuillez contacter :

 MÉPACQ (Mouvement d'éducation populaire et d'action communautaire du Québec)





Ministère de l'Éducation du Québec
 Direction de la coordination des réseaux
 Services d'éducation populaire



Subventions pour l'éducation populaire

Ministère de l'Éducation du Québec

Programme de soutien à l'éducation populaire autonome (PSEPA)

Ce programme a pour but la réalisation d'interventions éducatives auprès d'adultes (16 ans et plus) ou de groupes d'adultes, en vue de développer leurs capacités d'autonomie et de prise en main de leurs conditions de vie et de celles du milieu. Pour plus d'informations, adressez-vous au :

Service d'éducation populaire



Publications sur l'intégration scolaire

La Fédération de la réadaptation en déficience physique du Québec a publié deux guides sur l'intégration scolaire des jeunes ayant une déficience auditive ou visuelle :

L'intégration scolaire, un guide pour les intervenants en réadaptation

volet : déficience visuellevolet : déficience auditive

Renseignements

 Fédération de la réadaptation en déficience physique du Québec





Cégep du Vieux Montréal



Service d'Aide à l'Intégration Des Élèves (SAIDE)



Les études de niveau collégial sont accessibles à toute personne qui désire poursuivre leur formation postsecondaire. Il en est de même pour vous qui avez une déficience auditive, visuelle ou motrice.

Le SAIDE du cégep du Vieux Montréal a le mandat d'assurer l'accueil et l'intégration des personnes ayant une déficience sensorielle ou motrice, dans tous les cégeps publics de la région ouest du Québec et ce, par l'entremise de la personne désignée dans chaque cégep.

L'intégration en milieu postsecondaire sous-entend que, suite à l'admission, la personne concernée est rencontrée en vue d'élaborer un plan individuel d'intervention sur lequel seront spécifiés les services qui favoriseront son intégration scolaire.

Ces services sont de tout ordre tels que: service de prise de notes, d'interprétariat, de soutien dans la langue d'étude, de lecture sur cassettes, de transcription en braille, d'accompagnement physique, et bien d'autres.

Pour de plus amples informations, communiquez au: (514) 982-3437, poste 2054 (Voix) ou (514) 982-3443 (A.T.S.)

NOUVEAUTÉ à l'Automne 1995

COMMUNICATION ET SURDITÉ

Un programme menant à une attestation d'études collégiales (AEC) est offert à toute personne désirant acquérir les connaissances liées au milieu de la surdité et qui désire développer les compétences de base permettant de communiquer en LSQ (Langue des Signes Québécoise) et en mode oral, ainsi que les compétences langagières spécifiques à la surdité.

Pour de plus amples informations, communiquez au: (514) 982-3437, poste 2054 (Voix) ou (514) 982-3443 (A.T.S.)



Il est important de souligner le travail accompli par l'Association québécoise des amis de la sclérose en plaques qui apporte aide et soutien à ceux et à celles qui en ont besoin.

C'est dans un esprit de responsabilité collective que des associations, des groupes d'entraide, des organismes publics et gouvernementaux, des ministères contribuent, chacune et chacun à leur manière, à améliorer la qualité de vie de ces personnes.

Pour avoir reçu et côtoyé, en tant que député, de nombreuses personnes qui devaient lutter contre la maladie, je sais ce que peut représenter l'entraide et la solidarité que des associations comme la vôtre peuvent apporter et susciter.

Nous pouvons tous un jour ou l'autre souffrir de sclérose en plaques. Est-il besoin de rappeler que nous devrions traiter ceux qui en sont atteints comme nous aimerions l'être si nous en étions victimes.

Le ministre de l'Éducation,

JEAN GARON



Québec :::

LE SERVICE D'INTÉGRATION DES PERSONNES HANDICAPÉES VOUS OFFRE:

- Accueil et intégration des étudiants-es handicapés-es;
- Soutien en ressources humaines;
- Activités de sensibilisation;
- Consultation individuelle pour besoins particuliers;
- Laboratoire d'équipements adaptés;
- Documents d'information.

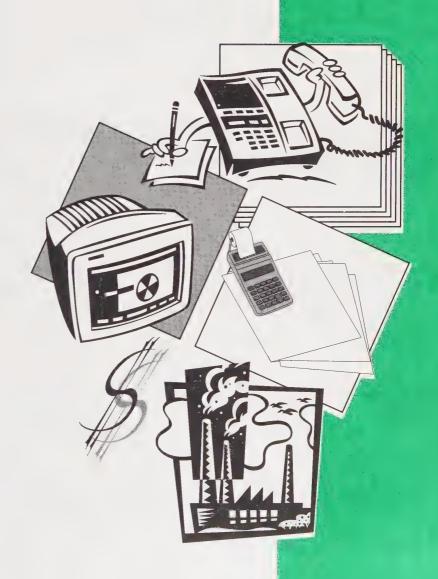
Situé au local A-M820 (Pavillon Hubert-Aquin) Téléphone: (514) 987-3148 (téléscripteur)

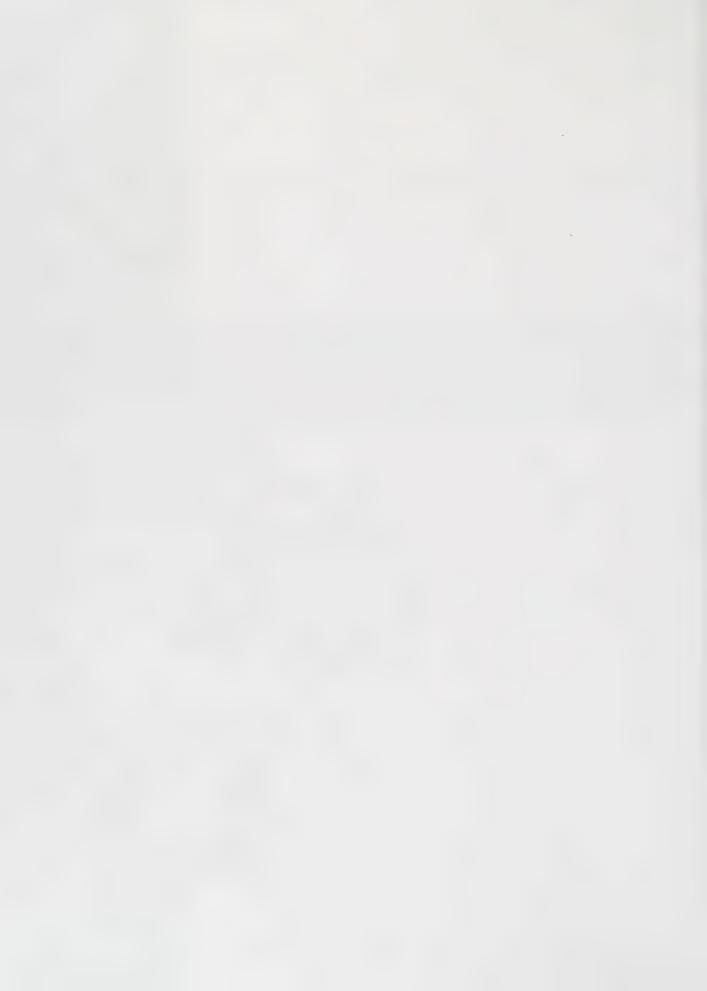
Utilisez l'entrée du 455, boul. René-Lévesque Est (entre les rues Saint-Denis et Berri)

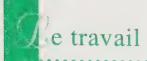


Université du Québec à Montréal

Le travail







de sentiment de se sentir utile à la société et d'avoir une vie productive compte pour beaucoup dans ce qu'on appelle le bonheur. Les personnes handicapées ont tout autant droit à un travail valorisant que les personnes non handicapées.

Ce chapitre passe en revue de nombreux services, programmes et ressources mis sur pied par les différents gouvernements et les organismes communautaires pour favoriser une meilleure intégration des personnes handicapées au marché du travail, que ce soit en milieu de travail régulier ou adapté.

Bien que ces ressources ne s'adressent pas exclusivement aux personnes handicapées, celles-ci peuvent en profiter, de même que les employeurs préoccupés par leur embauche. Les personnes handicapées ont des limitations mais ont aussi de grandes habiletés et qualités.

La rédaction de ce chapitre s'est inspiré du «Bottin des services ou programmes de développement de l'employabilité offerts aux personnes handicapées de la région 05», publié par le Comité régional pour l'intégration au travail des personnes handicapées de l'Estrie.

Programmes et services de l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)

 Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)



Le Plan d'embauche

En vertu des articles 63 à 64 de la Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées et des Règlements visant à favoriser l'embauche de personnes handicapées, tout employeur ayant 50 employés salariés ou plus doit soumettre à l'OPHQ un plan visant à assurer l'embauche de personnes handicapées. Toutefois, les employeurs qui sont sous juridiction fédérale (banques, transport interprovincial, télécommunications, etc.) ne sont pas touchés par ces articles.

La seule obligation est celle de soumettre un **plan**, ce n'est pas une mesure qui force les entreprises à intégrer des personnes handicapées. Dans les faits, ces articles ont eu peu d'impacts concrets sur les employeurs n'ayant aucune force obligatoire.

Objectifs

Le Plan d'embauche vise à éliminer ou à diminuer les obstacles et à instaurer des conditions qui donnent aux personnes handicapées une chance égale d'être embauchées et de garder leur emploi.



Procédures

Élaboration du plan d'embauche

- Le dossier de l'employeur est ouvert par l'OPHQ dès que le nombre de 50 employés salariés est atteint.
- L'OPHQ fait parvenir la documentation et le formulaire du plan d'embauche.
- L'employeur élabore son plan et l'achemine à l'OPHQ dans un délai de 9 mois.
- L'OPHQ analyse le plan.
- Réponse de l'**OPHQ** : approbation, demande de modification ou demande d'un nouveau plan.

Cela se résume donc à remplir le formulaire de l'OPHQ.

Réalisation du plan d'embauche

- L'OPHQ fait parvenir à l'employeur la documentation et le formulaire du rapport de réalisation.
- L'employeur doit acheminer le rapport à la date anniversaire de l'approbation du plan d'embauche.
- L'OPHQ analyse le rapport.
- Réponse de l'OPHQ : accord pour la poursuite du plan, modification du plan ou demande d'un nouveau plan.

Il faut bien retenir que la loi ne force pas l'employeur à réaliser son plan d'embauche et l'**OPHQ** n'a donc pas ce pouvoir.

Que contient un plan d'embauche?

Le formulaire officiel comprend trois parties :

- identification de l'employeur ;
- renseignements généraux sur l'embauche de personnes handicapées par l'entreprise, selon 6 thèmes : recrutement, sélection, intégration en emploi, réintégration en emploi d'un salarié devenu handicapé, développement de l'emploi à l'intention des personnes handicapées et développement de l'employabilité;
- description des actions à réaliser : planification des moyens à utiliser pour atténuer ou faire disparaître les obstacles à l'embauche de personnes handicapées dans l'entreprise.

Le plan d'embauche sera approuvé par l'**OPHQ** à la condition qu'il contienne au moins une action significative ou un ensemble d'actions se rapportant à chacun des thèmes soulevés dans la section du formulaire réservée aux renseignements généraux. La nouvelle situation qui résultera de l'application du plan d'embauche doit constituer une amélioration par rapport à la situation antérieure.



Contrat d'intégration au travail (CIT)

Le programme CIT est un programme qui est subventionné par l'OPHQ mais dont l'application sur le terrain se fait par les Services externes de main-d'oeuvre (SEMO). Les divers formulaires sont donc disponibles dans les SEMO, qui reçoivent les demandes et les acheminent à l'OPHQ pour leur traitement. Toutefois, les demandes reliées au volet 10 (Création d'entreprises adaptées) doivent être acheminées à l'OPHQ. La liste des différents SEMO de la province apparaît à la page 563.

Objectif

Favoriser l'intégration de personnes handicapées au marché du travail régulier.

Activités ou services offerts

Le CIT vise à compenser l'employeur régulier pour le manque de productivité occasionné par l'embauche de personnes handicapées.

Les activités offertes dans le cadre du CIT sont divisés en plusieurs volets :

- «Évaluation en emploi» : l'employeur est compensé pour le salaire qu'il offre à une personne handicapée pendant une période d'évaluation ;
- «Intégration en emploi» : l'OPHQ compense le manque de productivité temporaire occasionné par l'embauche d'une personne handicapée ;
- «Maintien en travail adapté» : l'OPHQ compense le manque de productivité d'une personne handicapée nécessitant une période plus longue d'intégration ;
- «Accessibilité»: les frais encourus afin de rendre le lieu de travail accessible sont compensés par l'OPHQ;
- «Adaptation»: l'OPHQ compense l'employeur pour les frais encourus (équipements spécialisés, adaptation du poste de travail ou expertise en organisation du travail);
- «Maintien en emploi» : l'OPHQ verse une aide à l'employeur afin de lui permettre de verser un salaire à la personne handicapée durant une période de traitement ;
- «Plateau de travail adapté» : Favoriser l'intégration de plusieurs personnes handicapées non compétitives chez un même employeur ;
- «Création d'entreprises adaptées» : création d'entreprises sans but lucratif qui emploient en majorité des personnes handicapées non compétitives.

Clientèle

Toute personne handicapée qui peut intégrer un milieu de travail régulier mais dont l'intégration est compromise dans l'entreprise ou dont le temps d'intégration est plus long que celui d'un employé régulier.



Employeurs admissibles

Tout milieu de travail régulier qui ne bénéficie pas déjà d'autres subventions.

Modalités financières

Clientèle

La personne est rémunérée selon le salaire minimum en vigueur, ou selon le milieu de travail.

Employeur

L'aide financière est accordée selon le taux de productivité de la personne.

- Volet «Évaluation en emploi»: un maximum de 100 % du salaire brut jusqu'à 258 \$/semaine(salaire minimum (6.45 \$/heure) X 40 heures/semaine).
- Volet «Intégration en emploi» : un maximum de 85 % du salaire brut jusqu'à 258 \$/semaine. Il y a possibilité de partage du salaire d'un instructeur.
- Volet «Maintien en travail adapté» : un maximum de 75 % du salaire brut jusqu'à 258 \$/semaine.
- Volet «Accessibilité»: 50 % des coûts jusqu'à 5000 \$ /personne handicapée.
- Volet «Adaptation»: 100 % des coûts jusqu'à 5000 \$/personne handicapée.
- Volet «Maintien en emploi» : un maximum de 112 % du salaire brut.
- Volet «*Plateau de travail adapté*» : un maximum de 85 % des salaires bruts jusqu'à 258 \$/semaine. Il y a possibilité de partage du salaire d'un instructeur ou d'un accompagnateur.
- Volet «Création d'entreprises adaptées» : 115 % des salaires minimums ou des salaires décrétés pour l'entreprise concernée jusqu'à 314 \$/semaine. L'instructeur reçoit quant à lui 16 % de la subvention pour les salaires durant la première année de fonctionnement. Une aide financière peut être accordée pour l'acquisition de biens immobiliers et d'équipements.

Durée

- Volet «Évaluation en emploi» : un maximum de 13 semaines.
- Volet «Intégration en emploi»: un maximum de 26 semaines, renouvelable une fois.
- Volet «Maintien en travail adapté»: un an, renouvelable.
- Volet «Accessibilité» ponctuel.
- Volet «Adaptation»: ponctuel.
- · Volet «Maintien en emploi» : un maximum de 6 semaines par année.
- · Volet «Plateau de travail adapté» : un maximum d'un an, renouvelable 4 fois.
- Volet «Création d'entreprises adaptées» : un an, renouvelable 2 fois pour une période de rodage de 3 ans. L'aide financière est ensuite renouvelable 2 autres fois en attendant l'accréditation de l'OPHQ comme Centre de travail adapté.

Centres de travail adapté (CTA)

Les Centres de travail adapté sont des organismes sans but lucratif accrédités et subventionnés par l'OPHQ. Toutefois, les personnes qui veulent y travailler doivent être référées par un Service externe de main-d'oeuvre (SEMO). Ce sont les SEMO qui reçoivent aussi les demandes d'accréditation des entreprises pour ensuite les transmettre à l'OPHQ. La liste des divers SEMO du Québec apparaît à la page 563.

Objectifs

Permettre à une personne handicapée productive mais non-compétitive d'avoir accès à un emploi rémunéré.

Activités ou services offerts

Le CTA offre à la personne handicapée un vrai travail de production de biens ou de services.

Clientèle

Toute personne handicapée productive mais non compétitive qui doit :

- être capable de travailler 35 heures/semaine;
- avoir un comportement adéquat ;
- avoir des capacités et des limites qui empêchent son intégration au marché du travail régulier.

Employeurs admissibles à l'accréditation par l'OPHQ

Toute entreprise à but non lucratif qui emploie en majorité des personnes handicapées. Pour recevoir une accréditation comme **CTA**, une entreprise doit d'abord participer au volet «*Création d'entreprises adaptées*» du programme **CIT**. L'accréditation doit suivre une période de rodage de 3 ans.

Modalités financières

Clientèle

La personne handicapée reçoit le salaire minimum en vigueur ou un salaire édicté par un décret régissant l'entreprise concernée, pour 35 heures/semaine de travail.

Employeur

Les CTA devraient s'autofinancer s'ils employaient uniquement des personnes au rendement compétitif. Les subventions de l'OPHQ ne devraient donc que compenser le manque à gagner de l'entreprise occasionné par l'embauche de personnes handicapées. C'est l'OPHQ, qui module son intervention selon les caractéristiques propres à chaque CTA.



Les subventions suivantes peuvent être obtenues :

- masse salariale des employés : un maximum de 115 % du salaire minimum ou du salaire propre à l'entreprise, jusqu'à un plafond de 8.95/heure ;
- consolidation : ce type d'aide vise à aider un CTA à rencontrer des responsabilités financières particulières qui peuvent mettre sa viabilité en péril ;

Deux cas sont possibles:

- une partie du salaire d'une ressource employée pour le remplacement d'un directeur général peut être subventionnée pour une certaine période de temps ;
- une partie des dépenses essentielles de fonctionnement peut être subventionnée si l'arrêt des opérations est imminent et qu'aucune autre mesure n'est possible.
- évaluation supplémentaire des capacités de travail d'une personne handicapée : d'un maximum de 1500 \$, cette subvention est parfois nécessaire quand le comité des ressources humaines du CTA ne peut statuer sur les limitations d'une personne sur sa capacité de travailler dans des conditions ordinaires, et ultimement sur son admissibilité;
- services professionnels : si l'**OPHQ** ne dispose pas du personnel nécessaire pour donner l'assistance technique ou professionnelle demandée par un **CTA**, celui-ci peut s'adresser à une ressource externe. Le montant maximal de la subvention est de 20 000 \$;
- cotisation de l'Association québécoise des entreprises adaptées (AQEA) : un montant de 39 \$ par emploi régulier peut être accordé à un CTA pour soutenir sa participation à l'Association.
- immobilisations : si l'acquisition de biens immobiliers et d'équipement favorise le développement du CTA, l'OPHQ peut accorder une subvention qui est déterminée selon l'évaluation des besoins.

Durée

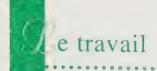
Les emplois en CTA sont stables.

Services externes de main-d'oeuvre (SEMO)

La liste des SEMO et des responsables régionaux apparaît en page 563.

Objectifs

Les **SEMO**, qui sont subventionnés par le **ministère de la Sécurité du revenu**, ont pour but de faciliter l'insertion professionnelle et d'accroître l'autonomie personnelle, sociale et financière de personnes qui éprouvent des difficultés à se tailler une place sur le marché du travail (personnes handicapées, jeunes en difficulté, femmes qui veulent intégrer le marché du travail, toxicomanes, etc.).



Activités ou services offerts

Les services offerts par les **SEMO** sont spécifiques à la clientèle qu'ils desservent et à la région où ils sont situés. Il est donc difficile de les citer en détail.

Clientèle

- Évaluation de l'employabilité.
- Démarches de recherche d'emploi.
- Information et conseil sur l'emploi.
- Référence aux programmes gouvernementaux (ex. : Centres de travail adapté, Contrat d'intégration au travail).
- · Activités de formation.
- Expériences en milieu de travail (stages).
- Etc.

Employeurs

- Référence de candidats.
- Adaptation du processus de sélection.
- Adaptation des postes de travail.
- Stage de formation et programme d'intégration en emploi.
- Soutien et suivi à l'entreprise après l'embauche.
- Négociation de programmes de subventions gouvernementales (ex. : Contrat d'intégration au travail, admission à un centre de travail adapté).

Clientèle spécifique

Il existe des SEMO qui s'adressent à des clientèles spécifiques :

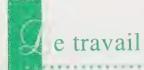
- personnes handicapées (motrices, sensorielles, intellectuelles, psychiques);
- chefs de familles monoparentales;
- femmes absentes du marché du travail ;
- jeunes (en difficulté ou non);
- etc.

La liste des **SEMO** qui apparaît à la page 563 indique également la clientèle visée par ceux-ci.

Comme les SEMO sont subventionnés par le ministère de la Sécurité du revenu, la priorité est accordée aux prestataires (les SEMO ont un quota bien précis à respecter).

Employeurs

Tout employeur qui désire intégrer une ou des personne(s) handicapée(s) dans son entreprise.



Modalités financières

Clientèle

Dans le cas des prestataires de la **Sécurité du revenu**, la personne participante voit sa prestation être majorée selon le barême participant. Le ministère ajoute un montant de 100 \$ au chèque des personnes considérées comme soutien financier.

Des aides financières de toutes sortes peuvent être accordées aux participants (frais de garde d'enfant, allocation pour la recherche d'emploi, allocation pour l'immersion en milieu de travail, etc.). Elles sont spécifiques à chaque personne.

Employeur

Les services offerts par les SEMO sont gratuits.

Note: Veuillez noter qu'il existe d'autres organismes ayant pour but de faciliter l'intégration des personnes handicapées sur le marché du travail et qui sont indépendants du réseau des **SEMO**. Ils offrent en gros les mêmes services que les **SEMO**. Une liste de ces organismes apparaît à la page 563.

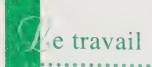
Programmes et services du ministère du Développement des ressources humaines

Une refonte des divers programmes et services d'emploi dispensés par **Développement** des ressources humaines Canada sera annoncée à peu près à la date de parution de ce guide (automne 1995). Il se peut que les programmes cités ici soient modifiés ou abandonnés. Ils sont donc décrits sous toute réserve. Lors de l'entrée en vigueur des nouveaux programmes, nous vous suggérons de contacter le Centre d'emploi du Canada le plus près de chez vous (qui prendra l'appellation de Centre de ressources humaines Canada).

Loi sur l'équité en matière d'emploi

La Loi sur l'équité en matière d'emploi a pour but de réaliser l'égalité en milieu de travail et, à cette fin, de corriger les désavantages subis par certains groupes. Ces groupes, dits désignés, sont les autochtones, les personnes handicapées, les membres des minorités visibles ainsi que les femmes.

La Loi s'applique à quiconque emploie au moins 100 salariés dans le cadre d'une entreprise fédérale au sens de l'article 2 du *Code canadien du travail* ainsi qu'à toute personne morale employant au moins 100 salariés et constituée pour l'accomplissement de fonctions au nom du *Gouvernement du Canada* (il existe toutefois quelques exclusions dont celle d'un établissement public assimilé à un ministère aux termes de la *Loi sur l'administration financière* (ex : la fonction publique fédérale).



Procédures

La description qui suit se veut schématique. Pour plus de détails, veuillez consulter la Loi.

1. Il doit passer aux actes

- déterminer et supprimer certaines règles qui font obstacles à certains membres des groupes désignés ;
- déterminer les règles et usages positifs à instituer en matière de recrutement, de formation, d'avancement, de maintien en fonction des employés ainsi que des mesures d'adaptation raisonnables destinés à corriger la sous-représentation des groupes désignés;
- 2 · L'employeur est tenu d'élaborer un plan d'équité en matière d'emploi comportant les éléments suivants :
 - le calendrier de mise en oeuvre des différentes mesures ;
 - les objectifs quantitatifs à l'égard de l'année en ce qui a trait au recrutement et à l'avancement des membres des groupes désignés dans chaque catégorie professionnelle où il existe une sous-représentation, ainsi que les mesures à prendre chaque année en vue d'atteindre ces objectifs ;
 - les objectifs pour les autres années auxquelles se rapporte le plan en vue de l'augmentation de la représentation des membres des groupes désignés ainsi que la stratégie pour atteindre les objectifs ;
 - tout autre élément prévu par règlement.

L'employeur doit tenir des dossiers d'équité en matière d'emploi et doit déposer une fois l'an un **rapport** donnant les renseignements suivants :

- les branches d'activité de ses salariés, le lieu de son établissement et le lieu de travail de ses salariés, le nombre de ceux-ci et celui des membres des groupes désignés qui en font partie ;
- les catégories professionnelles qui composent son personnel et la représentation des membres de ces groupes dans chacune d'elle ;
- les échelles de rémunération de ses salariés et la représentation des membres de ces groupes figurant à chacune d'elles ou à chacun de leurs échelons réglementaires ;
- le nombre des recrutements, des avancements et des cessations de fonctions ainsi que, dans chaque cas,* la représentation des membres des mêmes groupes.

Note: L'employeur qui ne s'y conforme pas commet une infraction et peut recevoir une amende maximale de 50 000 \$.

Renseignements supplémentaires

 Développement des ressources humaines Canada Téléphone ; (514) 283-7161

1441, rue Saint-Urbain, 3e étage Montréal (Québec) H2X 2M6



◆ Administration générale
 Direction générale de l'équité
 en matière d'emploi
 Développement des ressources humaines Canada
 140, promenade du Portage
 Phase IV, 5e étage
 Ottawa / Hull K1A 0J9

Programme de contrats fédéraux

Objectif

Ce programme vise à assurer que les entreprises qui font affaire avec le gouvernement du Canada disposent d'une main-d'oeuvre représentative et équitable.

Employeurs visés

Les entreprises de 100 employés et plus qui ont signé des contrats fédéraux de biens et de services de 200 000 \$ ou plus.

Exigences du programme

Le programme exige que les entrepreneurs adoptent des mesures propres à assurer l'équité en matière d'emploi. À cette fin, il est nécessaire de découvrir et de supprimer les obstacles pouvant nuire au recrutement, à l'embauche, à l'avancement et à la formation des membres des groupes désignés. Les entrepreneurs doivent également adopter des mesures pour améliorer le statut des membres de ces groupes en augmentant leur participation aux différents niveaux d'emploi.

Modalités de fonctionnement

Attestation

Les entreprises visées doivent s'engager par écrit à mettre en oeuvre l'équité en matière d'emploi.

Mise en oeuvre

- Suppression des obstacles discriminatoires à l'embauche et à l'avancement des membres des groupes désignés.
- Amélioration de la participation des membres des groupes désignés à l'organisation de l'entreprise.
- Adoption de mesures spéciales et fixation d'échéances pour le recrutement, l'embauche, la formation et l'avancement des groupes désignés.
- Tenue de dossiers sur le processus de mise en oeuvre de l'équité en matière d'emploi, en vue d'évaluations de la part d'agents du ministère.

Téléphone : (819) 953-7416

Vérification de conformité

- Examen des dossiers.
- Évaluation du respect des critères du programme et des résultats obtenus.
- Évaluation des efforts du contractant.
- · Appréciation des progrès faits par le contractant.

Si la vérification ne satisfait pas le ministère, des mesures correctives doivent être apportées et une évaluation subséquente aura lieu dans un délai prescrit.

Appel

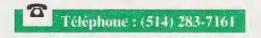
Le contractant peut faire appel au ministère quand les résultats de la vérification ne lui sont pas favorables. Une évaluation indépendante est alors effectuée.

Sanctions

Si l'évaluation indépendante démontre que le contractant ne respecte pas son engagement, des sanctions sont possiblement appliquées.

Renseignements supplémentaires

 Développement des ressources humaines Canada 1441, rue Saint-Urbain 3e étage Montréal (Québec) H2X 2M6



Information sur le marché du travail

Objectif

Offrir de l'information reliée au marché du travail.

Activités ou services offerts

Informations sur:

- · Les analyses du marché du travail local.
- Les taux de salaires et conditions d'emploi.
- Le profil des ressources humaines.
- · Les profils occupationnels.
- Les programmes et services qui sont offerts par l'entremise du ministère du Développement des ressources humaines ou d'autres organismes de la collectivité.
- Les possibilités d'emploi.
- · Les profils industriels.
- Le profil de la collectivité.



Clientèle

Ces différents services sont offerts aux travailleurs, aux employeurs ainsi qu'aux organismes.

Assistance à l'emploi

Objectif

Offrir un ensemble de mesures à court terme complémentaires aux services déjà offerts par les Centres d'emploi du Canada, mesures qui ont pour but de favoriser une intégration rapide des gens sur le marché du travail.

Activités ou services offerts

- Stratégies de recherche d'emploi : atelier interactif de deux jours permettant aux personnes sans emploi de mieux prendre conscience de leurs habiletés et d'améliorer leurs aptitudes à la recherche d'emploi efficace.
- Clubs de recherche d'emploi : intervention plus élaborée d'une durée de 3 semaines sur les diverses techniques de recherche d'emploi. (On y applique une méthode structurée et un support de groupe).
- Counselling de groupe s'orienter : démarche d'orientation s'échelonnant sur 5 rencontres de trois heures.
- Évaluation diagnostique et Achat de services de diagnostic : recours à des professionnels externes qui peuvent fournir des évaluations de nature physique, sociale, intellectuelle et psychologique afin d'aider à comprendre l'impact de tous ces aspects sur l'aptitude d'une personne participante à intégrer le marché du travail. C'est un conseiller en emploi des Centres de ressources humaines Canada qui peut diriger les gens vers ce service.

Clientèle

Ces services sont offerts aux personnes présentant des obstacles à leur intégration sur le marché du travail. Des critères plus précis de sélection de la clientèle sont établis en tenant compte des priorités nationales, régionales et locales. Veuillez vous renseigner au Centre d'emploi du Canada le plus près de chez vous.

5 Perspectives d'emploi

Objectif

Fournir aux personnes des débouchés menant vraisemblablement à un emploi stable.

Activités ou services offerts

Expérience de travail et formation, en cours d'emploi ou hors production.



Clientèle

Toute personne qui:

- est légalement autorisée à travailler au Canada ;
- n'est plus tenue de fréquenter l'école (16 ans);
- est en mesure de conserver un emploi mais qui fait face à de graves difficultés sur le marché du travail ;
- est incapable d'obtenir un emploi en raison de facteurs autres que l'absence de débouchés convenables.

Employeurs admissibles

Entreprises, organismes, établissements d'enseignement et de santé publics ainsi que les Conseils de bandes autochtones.

Les ministères fédéraux et provinciaux sont exclus.

Emplois admissibles

- Emplois à temps plein de 30 heures/semaine et plus.
- Emplois dans des secteurs industriels et professionnels où la demande est bonne ou emplois qui offrent des compétences et de l'expérience transférable à ces secteurs.
- Emplois qui offrent des possibilités raisonnables de permanence une fois l'aide financière terminée.
- Emplois qui ne doivent pas entraîner le licenciement ou le remplacement d'un employé mis à pied, attendant d'être rappelé ou absent par suite d'un arrêt de travail ou d'un conflit.
- Emplois qui ne recoivent pas d'autres subventions gouvernementales.
- Emplois qui n'offrent pas de services personnels à l'employeur.
- Emplois qui ne sont pas rémunérés uniquement selon la production.

Modalités financières

Clientèle

Le salaire ne doit pas être inférieur au salaire minimum en vigueur et ne doit pas excéder le salaire moyen en vigueur dans la région pour chaque profession.

Employeur

Aide financière pouvant aller jusqu'à 60 % du salaire brut jusqu'à un maximum de 7.50 \$/heure et de 300 \$/semaine (jusqu'à 100 % dans des cas exceptionnels).

Frais de formation

Jusqu'à 8 \$/heure pour la formation en cours d'emploi et 20 \$/heure pour la formation hors production.



Frais spéciaux

Jusqu'à 5000 \$ pour la location ou l'achat d'équipements couteux reliés à la formation et 10000 \$ pour couvrir les frais particuliers à l'intégration au travail d'une personne handicapée.

Durée

Travail: 12 à 30 semaines (exceptionnellement jusqu'à 52 semaines).

Formation: minimum de 80 heures pouvant s'échelonner sur 52 semaines.

Projets de création d'emploi en vertu de l'article 25 de la Loi sur l'assurance-chômage

Objectifs

Offrir des emplois productifs de courte durée aux personnes en créant des emplois qui n'existeraient pas autrement tout en leur offrant la possibilité de conserver ou d'augmenter leurs compétences.

Activités ou services offerts

Expérience de travail.

Clientèle

Toute personne qui est admissible aux prestations d'assurance-chômage ou qui en reçoit déjà.

Employeurs admissibles

Entreprises, organismes, administrations municipales ainsi que les particuliers.

Emplois admissibles

Les projets soumis doivent répondre aux critères suivants :

- les emplois doivent s'ajouter à ceux que l'employeur avait prévu de créer pendant la période donnée et ces emplois n'auraient pas existé autrement ;
- les emplois n'auraient pas été créés grâce à une autre source de financement publique ou privée ;
- les activités ne doivent pas faire double emploi avec des services existants et leur faire concurrence ;
- les activités ne doivent pas comporter de tâches habituellement exécutées par des bénévoles ou des salariés en poste ou licenciés.
- · le projet soumis ne doit pas engendrer de dépendance dans la collectivité.

Modalités financières

Clientèle

Les prestations d'assurance-chômage peuvent être majorées jusqu'au montant maximal hebdomadaire. Au-delà de ce montant, les participants peuvent aussi bénéficier d'un supplément hebdomadaire défrayé par l'employeur pour atteindre le salaire courant de la profession.

Note: Les semaines travaillées ne sont pas assurables.

Employeur

Dans le cas des organismes sans but lucratif et des administrations municipales, l'aide accordée est de 100 % du coût total du projet auquel s'ajoute un montant pouvant aller jusqu'à 125 \$ pour les frais de fonctionnement.

Pour les employeurs du secteur privé, la contribution du ministère ne doit pas excéder 33 1/3 % du coût total prévu pour le projet (ce pourcentage inclut les prestations d'assurance-chômage et les frais de fonctionnement).

Durée

De 6 à 52 semaines.

Projets de développement de l'emploi (PDE)

Objectifs

Contribuer à l'adaptation des travailleurs susceptibles de devenir des chômeurs chroniques afin de les aider à trouver un emploi dans un domaine où il y a des meilleures possibilités d'embauche.

Activités ou services offerts

Expérience de travail assortie d'activités de formation.

Clientèle

Toute personne qui:

- est légalement autorisée à travailler au Canada ;
- n'est plus tenue de fréquenter l'école (16 ans) ;
- · fait face à d'importants problèmes d'intégration sur le marché du travail.



Employeurs admissibles

Entreprises, organismes, établissements d'enseignement et de santé publics, administrations municipales ainsi que les Conseils de bandes autochtones.

Les ministères et organismes fédéraux sont exclus, de même que les ministères et organismes provinciaux, à moins d'ententes spéciales.

Emplois admissibles

- Emplois de 30 heures/semaine et plus.
- Ces emplois doivent s'ajouter aux emplois existants ou qui normalement auraient été créés.
- Ces emplois ne doivent pas entraîner le licenciement d'un employé actuel ou bénévole, ni le remplacement d'un employé mis à pied, attendant d'être rappelé ou absent par suite d'un arrêt de travail ou d'un conflit patronal syndical.
- Ces emplois ne doivent pas faire l'objet d'autres subventions gouvernementales.
- Les projets soumis ne doivent pas engendrer de dépendance dans la collectivité.
- Quand le projet comporte un volet formation, la formation doit représenter au moins 20 % du temps consacré à l'ensemble des activités du projet.
- Dans les projets comportant un volet formation, toute formation théorique et pratique «hors production» d'une durée supérieure à 45 heures doit être approuvée par la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre.

Modalités financières

Clientèle

Le salaire versé ne doit pas être inférieur au salaire minimum en vigueur ni excéder le salaire moyen en vigueur dans la région pour chaque profession.

Employeur

Salaires des employés : pour les entreprises, l'aide peut atteindre jusqu'à 60 % du salaire brut jusqu'à un maximum de 7,50 \$/heure et de 300 \$/semaine. Pour les employeurs à but non lucratif, l'aide peut aller jusqu'à 100 % du salaire brut.

Charges sociales de l'employeur : les charges sociales obligatoires (Régime des rentes du Québec, assurance-chômage, etc.) sont remboursées pour les participants et le directeur de projet dans le cas d'organismes à but non lucratif.

Frais généraux

Pour les organismes à but non lucratif, une aide pouvant aller jusqu'à 50 \$/semaine est accordée.



Frais de formation

Jusqu'à 8 \$/heure.

Frais spéciaux

- Jusqu'à 5000 \$ pour la location ou l'achat d'équipements coûteux reliés à la formation.
- Jusqu'à 10 000 \$ pour couvrir les frais particuliers à l'intégration au marché du travail d'une personne handicapée.

Durée

De 16 à 52 semaines, non renouvelable.

Programme de participation des personnes handicapées

Ce programme fournit une aide financière et une assistance technique à des organisations de personnes handicapées pour leur permettre de mener des projets visant à éliminer les obstacles systémiques qui empêchent les personnes handicapées de participer pleinement à la vie économique et sociale du Canada.

Objectifs

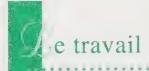
- Améliorer l'accès des personnes handicapées aux différents aspects de la vie communautaire.
- Favoriser une bonne compréhension des questions touchant les personnes handicapées.
- Modifier le processus décisionnel au niveau communautaire en y faisant participer des personnes handicapées.

Projets admissibles

Les projets soumis doivent s'inscrire dans les secteurs prioritaires suivants :

Emploi/Intégration économique

- Accès à l'emploi : projets visant à supprimer les obstacles qui empêchent les personnes handicapées de chercher et d'obtenir un emploi.
- Insertion professionnelle : projets menant à la suppression des obstacles qui empêchent les étudiants handicapés de trouver et de conserver un emploi.
- Entrepreneuriat : projets permettant de définir les obstacles auxquels se heurtent les personnes handicapées qui cherchent à se lancer en affaire ou à devenir travailleurs autonomes.
- Équité en matière d'emploi : projets visant à supprimer les obstacles découlant des lois et des pratiques et systèmes d'emploi et qui empêchent les personnes handicapées de participer pleinement à l'activité économique.



 Accès à des services et à des aides techniques adéquats pour les personnes handicapées: projets visant à éliminer les obstacles auxquels se heurtent les personnes handicapées qui cherchent à obtenir des services de soutien et des aides techniques.

Acquisition du savoir

- Les programmes de formation : projets conçus pour favoriser l'éducation permanente des intervenants au service des enfants, en particulier les enseignants, les travailleurs en garderie et les bénévoles.
- La transition: projets visant l'élaboration d'information sur les pratiques gagnantes et les outils facilitant la transition entre la maison et la garderie, ainsi que la garderie et l'école.
- Les modèles d'intégration réussie : projets ayant pour but l'élaboration de programmes d'intégration et leur adoption par les garderies communautaires, les écoles, les établissements d'enseignement postsecondaire et les programmes de formation.
- L'accès à la formation : projets conçus pour éliminer les obstacles auxquels se heurtent les personnes handicapées désireuses de participer à des programmes de formation.

Organismes admissibles

Les demandes présentées par un organisme de personnes handicapées ou par un partenariat formé d'organismes professionnels ou bénévoles et d'organismes de personnes handicapées sont étudiées.

Modalités financières

Les activités reliées à un projet précis sont subventionnées, et ce pour une durée maximale d'un an. Par contre, ces dépenses ne sont pas admissibles à une aide financière :

- dépenses d'immobilisation;
- services de santé et services sociaux ;
- achat d'aides techniques ;
- opérations et services réguliers d'une organisation.

Renseignements supplémentaires

 Programme de participation des personnes handicapées Développement social et Éducation Développement des ressources humaines Canada

1441, rue Saint-Urbain, 9e étage Montréal (Québec) H2X 2M6 Téléphone : (514) 283-3150 ATS : (514) 283-9397 Télécopieur : (514) 283-3449

Programmes et services du ministère de la Sécurité du revenu du Québec

Renseignements

Ministère de la Sécurité du revenu



À la date de parution de ce guide, un comité travaille à une réforme des programmes du ministère de la Sécurité du revenu. Les recommandations du comité seront transmises à la ministre à la fin de 1995 ou au début de 1996. Après discussion au Conseil des ministres, l'amendement à la loi 37 (sécurité du revenu) sera soumis à l'Assemblée nationale durant l'année 1996. Les programmes décrits ici sont donc stables jusqu'au début de l'année 1997. Après l'entrée en vigueur des modifications, nous vous invitons à contacter le ministère ou un des centres Travail-Québec.

Corporations intermédiaires de travail

Objectif

Favoriser la réintégration des prestataires de la sécurité du revenu sur le marché du travail.

Activités ou services offerts

Travail dans un secteur éprouvant des difficultés à combler ses besoins de maind'oeuvre à cause du peu de stabilité des emplois offerts ou dans un des secteurs peu développés et dont les activités sont socialement ou écologiquement utiles.

Clientèle

Toute personne prestataire de la sécurité du revenu admissible au Programme d'aide à l'intégration à l'emploi (PAIE)

Employeurs admissibles

Pour être reconnu comme une corporation intermédiaire de travail, un organisme doit :

- être à but non lucratif;
- avoir pour objectif de recruter des prestataires de la Sécurité du revenu, d'assurer leur accompagnement et de leur fournir tout l'encadrement nécessaire ;
- être en mesure d'assumer les tâches administratives que lui confère le statut d'employeur;
- être administré par un conseil d'administration dont les membres sont bénévoles ;
- développer des sources de revenus ;



- se donner une politique salariale conforme aux réalités de l'activité et à ce qui se pratique dans le milieu où la personne est appelée à travailler ;
- faire en sorte que les activités développées n'entraînent pas une substitution directe d'emploi et ne provoquent pas de mises à pied au sein des entreprises du milieu;
- éviter toute pratique qui occasionne une concurrence déloyale.

Modalités financières

Clientèle

Le salaire minimum en vigueur.

Employeur

Subvention sur une base continue en vertu du programme PAIE.

- 100 % du salaire minimum de 35 heures/semaine.
- Subvention supplémentaire de 100 \$/mois pour le secteur de l'aide à domicile.
- Possibilité d'une aide financière de démarrage.

Durée

Une personne participe au programme PAIE vingt-six semaines (ou 39 semaines dans le secteur de l'aide à domicile), non renouvelable.

Programme d'aide à l'intégration à l'emploi (PAIE)

Objectif

Favoriser l'accès à un emploi rémunéré aux prestataires de la Sécurité du revenu.

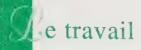
Activités ou services offerts

Travail rémunéré dont l'horaire est d'au moins 20 heures/semaine et d'au plus 35 heures/semaines.

Clientèle

Toute personne prestataire de la Sécurité du revenu qui :

• a cumulé 6 mois de présence à la **Sécurité du revenu** au cours des 12 derniers mois (sauf les chefs de famille monoparentale et les personnes de 45 ans et plus, qui sont admissibles immédiatement).



Employeurs admissibles

- Entreprises à but lucratif en exploitation continue pendant 6 mois au cours des 12 mois précédant la demande de subvention.
- · Municipalités ou organismes municipaux.
- Organismes sans but lucratif.
- Travailleurs autonomes.

Toutefois, il faut que l'employeur sélectionne lui-même le candidat parmi des personnes référées par le centre Travail-Québec et que de nouveaux emplois soient créés.

Emplois admissibles

- Emplois à caractère permanent nouvellement créés (en général, 35 heures par semaine).
- Emplois à caractère saisonnier (minimum de 18 semaines).
- Emplois à temps partiel qui procurent aux personnes embauchées un revenu suffisant pour leur permettre de quitter la Sécurité du revenu.

Emplois non admissibles

- Emplois pouvant être occupés par des personnes assujetties à une convention collective comportant un droit de rappel.
- Emplois dont la création réduit la durée normale de travail de l'effectif régulier, sauf si cette éventualité est prévue dans la convention collective de l'entreprise.
- Emplois devenus vacants à la suite d'un congédiement, d'un départ ou d'une mise à pied.

Modalités financières

Clientèle

La personne reçoit le salaire normalement en vigueur dans l'entreprise et garde la carte-médicaments pendant la durée du programme.

Si l'horaire de travail est inférieur à 35 heures/semaine, le salaire doit excéder le montant de l'aide sociale.

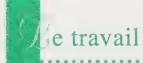
Employeur

Secteur privé et municipalités : 50 % du salaire brut jusqu'à un maximum de 120 \$/semaine.

Organismes sans but lucratif: 100 % du salaire minimum et ce, pour un maximum de 35 heures/semaine

Durée

Vingt-six semaines (de 18 à 26 semaines pour les emplois saisonniers), non renouvelable pour la même personne.



Expérience de travail (EXTRA)

Objectif

Fournir aux prestataires de la **Sécurité du revenu** une expérience de travail qui augmente leur possibilité de trouver un emploi régulier.

Activités ou services offerts

Travail dans des projets communautaires (80 heures/mois) qui contribuent à produire ou à distribuer des biens ou des services favorisant le mieux-être d'une collectivité.

Clientèle

Toute personne prestataire de la Sécurité du revenu.

Employeurs (promoteurs) admissibles

- Les corporations et les entreprises légalement constituées, y compris leurs filiales, franchises ou succursales en exploitation au Québec.
- Toutefois, les organismes suivants ne peuvent participer à EXTRA:
 - ministères ou organismes du gouvernement du Québec dont le personnel est nommé et rémunéré en vertu de la *Loi sur la fonction publique du Québec*;
 - ministères ou organismes du Gouvernement du Canada;
 - partis ou associations politiques.

Emplois admissibles

Les projets soumis doivent avant tout maintenir ou développer l'employabilité des participants et participantes par des activités correspondant à leur profil. De plus, les postes ne peuvent être déjà financés ou subventionnés par une autre mesure gouvernementale d'emploi.

Modalités financières

Clientèle

La personne qui participe à EXTRA voit sa prestation de la sécurité du revenu majorée et elle peut se faire rembourser des frais de garde d'enfant.

Employeur (promoteur)

Une aide financière pouvant aller jusqu'à 100 \$/mois est accordée aux organismes à but non lucratif afin de couvrir les frais d'encadrement du prestataire. Il est à noter qu'il n'y a pas de budget pour l'adaptation physique des postes de travail.



Durée

- Un maximum de 12 mois avec possibilité de renouvellement de 3 mois.
- Une personne peut se prévaloir à nouveau de cette mesure s'il y a eu un intervalle de 6 mois entre la fin de la mesure précédente et si elle a participé durant cette période à des démarches actives de recherche d'emploi ou à une autre mesure de développement de l'employabilité.
- Soutien à l'emploi autonome (offert conjointement avec la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre)

Objectif

Soutenir les personnes qui désirent créer leur emploi ou leur entreprise.

Activités ou services offerts

- Soutien à la préparation d'un plan d'affaire.
- Encadrement professionnel.
- Soutien technique tout au long du projet.
- · Aide financière.

Clientèle

Toute personne prestataire de la sécurité du revenu ou travaillant à faible revenu, qui doit :

- présenter son projet au Centre Travail-Québec (prestataires) ou à la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre (travailleurs à faible revenu);
- soumettre son plan d'affaires à un comité régional d'évaluation ;
- trouver une personne du milieu des affaires qui acceptera de la parrainer au cours de la première année d'activité.

Modalités financières

- La personne se voit accordée une prestation de participation à l'intérieur du programme APTE (barême participant), d'une durée maximale de 6 mois, durant la période de prédémarrage de l'entreprise.
- La Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre peut octroyer des sommes pour des services-conseils spécifiques.
- La personne reçoit une subvention du Programme d'aide à l'intégration à l'emploi (PAIE) durant la première année d'exploitation.
- La Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre peut offrir une garantie de prêt.



5 Stage en milieu de travail

Objectif

Permettre à toute personne prestataire de la Sécurité du revenu d'acquérir une expérience de travail pertinente en vue d'intégrer le marché du travail.

Activités ou services offerts

- Travail rémunéré dont l'horaire est d'au moins 20 heures/semaine et d'au plus 40 heures/semaine.
- Formation (entraînement en milieu de travail ou formation théorique).

Clientèle

Toute personne prestataire de la Sécurité du revenu qui a terminé ou abandonné des études régulières depuis au moins 6 mois.

Employeurs admissibles

- Corporations.
- Entreprises.
- Organismes privés en exploitation depuis au moins 6 mois.
- Organismes communautaires publics et parapublics.

Ne sont pas admissibles

- · Postes de travail déjà subventionnés.
- Postes de travail pouvant être occupés par une personne qui a droit de rappel.
- Postes de travail devenus vacants à la suite d'une mise à pied ou d'un congédiement.

Modalités financières

Clientèle

Un montant est ajouté aux prestations de la **Sécurité du revenu** et l'employeur offre 100 \$/mois. De plus, le **ministère de la Sécurité du revenu** offre un remboursement pour : des accessoires de sécurité obligatoires, du matériel obligatoire pour réaliser les activités d'apprentissage et le stage ainsi que des services de garde d'enfants.

Employeur

Une allocation minimale de 100 \$/mois est versée au travailleur.

Durée

- Courte durée : de 4 à 12 semaines Longue durée : de 13 à 52 semaines
- . La personne a droit à 52 semaines de stage à tous les 3 ans

Programmes et services de la Société québécoise de développement de la maind'oeuvre (SQDM)

Pour de plus amples **renseignements**, veuillez contacter le bureau de la **SQDM** le plus près de chez vous. La liste de ces bureaux apparaît à la page 571.

Depuis février 1995, la SQDM a adopté des principes directeurs qui reflètent ses nouvelles orientations. Entre autres, la Société veut donner plus de latitude aux diverses régions quant à la gestion des programmes et montre une volonté ferme de ne plus conserver des normes et critères d'admissibilité stricts pour ses programmes. À la date de parution de ce guide (octobre 1995), la nouvelle structure de fonctionnement de la SQDM sera pleinement opérationnelle : des fonds seront octroyés aux sociétés régionales et celles-ci seront chargées de moduler leurs interventions en fonction des priorités établies par le conseil régional. Un fonds existe pour la main-d'oeuvre et un autre existe pour les entreprises. Comme l'intervention de la SQDM varie selon les régions, les programmes cités ici le sont sous toute réserve. Il est possible que les sociétés régionales conservent les programmes comme il est possible qu'elles les modifient ou même les abandonnent.

Accueil, information et référence

Objectif

Permettre aux personnes et aux employeurs de recevoir de l'information sur les différents aspects de la formation de la main-d'oeuvre et du marché du travail.

Activités ou services offerts

Clientèle

- Information sur les profils de professions et les perspectives d'emploi ;
- Information sur les programmes de formation offerts dans chaque région du Québec ;
- Information sur les mesures et les programmes gouvernementaux qui encouragent l'intégration au marché du travail, le perfectionnement professionnel, le retour aux études ou la création de son propre emploi.

Employeurs

Référence aux différent programmes et mesures qui soutiennent le développement des ressources humaines en entreprise.

Clientèle

Ces services s'adressent à toute personne qui est intéressée par les différents aspects du marché du travail, ainsi qu'à tout employeur qui s'intéresse au développement des ressources humaines.



Modalités financières

Ces services d'information et de référence sont gratuits.

Service d'orientation

Objectif

Aider les personnes à mieux connaître leurs intérêts et aptitudes ainsi que les réalités du marché du travail afin de prendre les bonnes décisions quant à la planification d'une carrière.

Activités ou services offerts

- Atelier d'accueil et d'information.
- Cheminement en orientation.
- Reconnaissance des compétences et aptitudes.
- Information scolaire et professionnelle.

Clientèle

La priorité est donnée aux personnes qui sont référées par un Centre d'emploi du Canada ou qui correspondent aux clientèles ciblées par la SQDM dans chaque région.

Modalités financières

Des frais peuvent s'appliquer selon la provenance et l'admissibilité du client.

Durée

La durée dépend des besoins de la personne.

Programme d'aide aux individus

Objectifs

Permettre aux personnes d'acquérir des compétences professionnelles afin de répondre aux exigences du marché du travail dans les secteurs, les métiers ou les professions en pénurie de compétences ou qui offrent de bonnes perspectives d'emploi.

Activités ou services offerts

- Ateliers d'accueil et d'information.
- Services d'orientation.
- Services d'aide-conseil assurés par le personnel de la SQDM.

- Plan individuel d'acquisition de compétences (PIAC), qui précise les tâches que l'individu veut accomplir et la formation la plus utile pour atteindre ses objectifs et répondre le mieux possible aux besoins des employeurs. Ce plan peut être conçu par la personne seule, à l'aide d'outils développés par la SQDM et Télé-Université, ou encore à l'aide d'un tuteur.
- Inscription aux activités de formation correspondant aux objectifs professionnels.

Clientèle

Toute personne de plus de 18 ans qui a quitté l'école régulière depuis au moins un an et qui fait partie d'une clientèle ciblée par la **SQDM** dans chaque région.

Modalités financières

La personne doit assumer une partie des frais reliés aux activités de formation. Les personnes-ressources de la SQDM, peuvent vous renseigner à ce sujet.

Durée

La durée de ce programme est variable selon les besoins de la personne.

Programmes et services des centres de réadaptation

Les programmes de développement de l'employabilité décrits ici font partie des programmes d'intégration socio-professionnelle dispensés par les centres de réadaptation. Les centres de réadaptation ont, en effet, divers programmes disponibles pour intégrer les gens dans toutes les sphères de la société. Par exemple, on peut aider les gens à développer l'autonomie nécessaire à la vie en logement. Comme les programmes et les modalités d'application varient selon la réalité des différents centres, la description des activités qui suit se veut générale. Pour de plus amples renseignements, veuillez contacter le centre de réadaptation le plus près de chez vous. La liste des centres de réadaptation qui ont des programmes d'intégration socio-professionnelle est donnée à la page 572.



Évaluation des capacités de travail

Objectifs

- Connaître les capacités de travail de la personne handicapée.
- Orienter la personne vers un secteur professionnel approprié.
- · Adapter les postes de travail.
- Permettre à la personne ou aux intervenants qui l'accompagnent de mieux se situer quant à ses capacités, à ses limites et aux perspectives et ressources d'emploi.



Activités ou services offerts

- Évaluations professionnelles diverses.
- Évaluations fonctionnelles en ergothérapie, physiothérapie, orthopédagogie, etc.

Clientèle

Toute personne ayant une limitation et qui est engagée dans un processus d'entrée ou de retour sur le marché du travail.

Modalités financières

Des honoraires peuvent être facturés, à la personne elle-même ou à l'organisme qui l'a référée.

Durée

La durée se limite aux évaluations et à un court suivi dans l'application des recommandations.

Ateliers de travail

Objectif

Développer ou consolider des habitudes et attitudes dans un milieu et un travail adaptés.

Activités ou services offerts

Activités de travail adapté à partir de mises en situation afin de développer des habitudes de travail et des habiletés socioprofessionnelles. Les services sont offerts dans un milieu protégé qui permet une grande proximité et disponibilité du personnel d'encadrement.

Clientèle

Tout adulte handicapé qui présente un potentiel d'intégration au travail mais qui n'est pas en mesure d'intégrer un programme de réadaptation en entreprise.

Modalités financières

Ces services offerts par les centres de réadaptation sont gratuits.

Durée

Variable, selon les besoins du client.



Intégration à l'emploi

Objectif

Offrir du support à une personne en emploi dans un milieu régulier.

Activités ou services offerts

- Support à la recherche d'emploi.
- · Adaptation du travail aux capacités de la personne.
- · Accompagnement/support.

Ces services peuvent être dispensés de concert avec diverses ressources de la communauté, comme par exemple les Services externes de main-d'oeuvre (SEMO)

Clientèle

Tout adulte handicapé qui a besoin de support dans son intégration à l'emploi.

Modalités financières

Ces services offerts par les centres de réadaptation sont gratuits.

Durée

La durée du support varie selon les besoins et il n'y a pas de renouvellement.

Stages en milieu de travail

Objectifs

Offrir des stages de travail en milieu adapté ou régulier afin d'améliorer l'employabilité de la personne handicapée.

Activités ou services offerts

- Identification d'un milieu de stage.
- Adaptation du poste ou des tâches de travail.
- Support à l'apprentissage et à l'intégration.

Clientèle

Tout adulte handicapé qui vise l'intégration à l'emploi.

Modalités financières

Selon la nature des activités et des milieux de travail, il y possibilité d'allocation.

Durée

La durée est variable et il y a possibilité de renouvellement.



Programmes et services des commissions scolaires

Des commissions scolaires offrent des programmes et des activités destinés à améliorer ou à développer l'employabilité des personnes handicapées, notamment des personnes vivant avec une déficience intellectuelle.

Ces services de développement de l'employabilité sont dispensés dans le cadre de programmes exclusivement consacrés à l'emploi ou dans le cadre de programmes plus généraux où de multiples aspects de la vie sont traités : soins personnels, sexualité, habiletés domestiques, hygiène, utilisation des ressources communautaires, etc.

Ils varient d'un endroit à l'autre en fonction des réalités régionales, de la clientèle et des contraintes budgétaires des quelques 158 commissions scolaires de la province de Québec. Pour de plus amples renseignements sur l'existence ou la nature de ces programmes, nous vous suggérons de contacter la commission scolaire la plus près de chez vous.

 Fédération des commissions scolaires du Québec



Programmes et services d'associations aidant les personnes vivant avec des déficiences physique, mentale ou intellectuelle

Les associations suivantes offrent des services d'aide à l'emploi à leurs membres.

Renseignements

- Association québécoise pour l'intégration sociale (déficience intellectuelle)
- Téléphone : (514) 725-7245
- Association de paralysie cérébrale du Québec Inc.



Pour des renseignements plus précis, veuillez contacter les diverses filiales régionales qui sont énumérées au CHAPITRE 1.

Le droit du travail : les normes minimales

Les normes minimales de travail sont contenues dans la *Loi sur les normes du travail* et ses règlements, et aucune autre loi ne peut y déroger. Une convention ou un décret peuvent toutefois donner des conditions plus avantageuses.

13

L'article 90 de la Loi sur les normes du travail mentionne : «Le gouvernement peut par règlement, soustraire de l'application totale ou partielle de la présente loi et des règlements certains établissement ou catégories d'établissements à vocation de rééducation physique, mentale ou sociale et, le cas échéant, fixer des normes du travail qui sont applicables aux personnes qui y travaillent.»

À qui s'applique la loi ?

- · Vous êtes un salarié et vous travaillez au Québec.
- Vous **travaillez hors du Québec** (il n'existe aucune loi sur le salaire minimum à votre lieu de travail) mais **vous y demeurez**, et votre employeur a sa résidence, son domicile, son entreprise, son siège social ou son bureau au Québec.
- Vous travaillez au Québec et ailleurs, et votre employeur a sa résidence, son domicile, son entreprise, son siège social ou son bureau au Québec.
- La loi s'applique aussi au gouvernement du Québec et à tous ses organismes comme les écoles et les hôpitaux.

Dans certains cas, la loi ne s'applique pas

• Si vous gardez un enfant ou si vous prenez soin d'une personne âgée ou handicapée dans votre logement.

À moins que ce soit pour le compte d'un employeur qui poursuit des fins lucratives. Dans ce dernier cas, la loi pourrait s'appliquer.

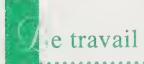
· Si vous êtes cadre supérieur.

Cependant, en ce qui concerne la protection contre la retraite forcée, puisque vous êtes considéré comme un employé, la loi s'applique.

La loi énumère d'autres personnes qui sont exclues.

Le salaire minimum

- C'est le gouvernement qui fixe par règlement le salaire minimum payable à un employé.
- À l'automne 1995 les taux en vigueur sont : 6,45 \$ l'heure et, 5,73 \$ l'heure pour un employé qui reçoit habituellement des pourboires (les pourboires ne sont pas compris dans ce taux horaire). Ces taux changent le premier octobre de chaque année. Ce taux vous est garanti même si vous travaillez moins d'heures par semaine.
- Certaines personnes n'ont pas droit au salaire minimum, ce sont entre autres :
 - l'étudiant employé dans un organisme à but non lucratif et à vocation sociale ou communautaire ;



- le stagiaire dans un cadre de formation professionnelle reconnu par une loi ;
- le stagiaire dans le cadre d'intégration professionnelle prévu par la Loi assurant l'exercice du droit des personnes handicapées ;
- le salarié entièrement payé avec des commissions, qui travaille en dehors d'un établissement et dont les heures sont difficilement contrôlables (la personne qui vend par exemple du chocolat de porte en porte, ou la personne qui vend des objets au profit d'une association de personnes handicapées).

Les vacances et les congés

Peu importe votre handicap ou votre déficience, la *Loi sur les normes du travail* vous garantit un minimum de congés payés par votre employeur. La loi ne s'applique pas aux personnes qui, par convention collective, bénéficient d'autant de congés, mis à part le congé de la fête nationale, que ceux prévus par la *Loi sur les normes du travail*. L'employeur a l'obligation de vous accorder un congé, que si la journée de fête coïncide avec un jour ouvrable (le samedi et le dimanche ne sont pas des jours ouvrables).

Les fêtes payées

- Le premier janvier.
- Le vendredi saint ou le lundi de Pâques au choix de l'employeur.
- Le lundi qui précède le 25 mai (fête de Dollard ou de la Reine).
- Le 24 juin (est accordé selon la Loi sur la fête nationale).
- Le premier juillet ou, si cette date tombe un dimanche, le 2 juillet.
- Le premier lundi de septembre (fête du Travail).
- Le deuxième lundi d'octobre ou jour de l'Action de grâces.
- Le 25 décembre (Noël).

Note: Pour bénéficier de ces congés, vous devez avoir été au service de votre employeur 60 jours de façon continue.

Les congés

Les vacances annuelles

- Vous avez travaillé moins d'un an pour le même employeur d'une façon ininterrompue?
 - Vous avez droit à une journée de vacances par mois de travail effectué d'une façon ininterrompue pour le même employeur, du 30 avril de l'année en cours au premier mai de l'année précédente.
 - Ce congé ne peut dépasser deux semaines.
- Vous avez travaillé **au moins un an** pour le même employeur d'une façon ininterrompue ?
 - Vous avez droit à deux semaines de vacances continues.



• Depuis le **premier janvier 1995**, si vous avez travaillé **au moins 5 ans** pour le même employeur d'une façon ininterrompue, vous avez droit à **trois semaines de vacances continues.**

Note: Ces règles concernent aussi les employés à temps partiel.

Certaines personnes n'ont pas droit aux congés prévus par la loi, mais bien entendu, tout employeur est libre de les accorder. La loi énumère entre autres les personnes suivantes :

- un étudiant employé dans une colonie de vacances ou dans un organisme à but non lucratif et à vocation sociale ou communautaire.
- un stagiaire dans le cadre d'un programme de formation professionnelle reconnu par une loi.

Note: Si vous bénéficiez de plus d'une semaine de vacances, vous pouvez fractionner votre congé, sauf si votre employeur ferme son établissement durant une période déterminée. Faitesen la demande à votre employeur, il ne peut vous la refuser!

Période de repas :

Prenez le temps de dîner! Votre employeur doit vous accorder une période minimale de 30 minutes pour ce faire. Il doit même vous payer si vous n'êtes pas autorisé à quitter votre poste de travail durant cette période.

Alors, vous avez le téléphone d'une main et le sandwich de l'autre! ? Vous avez le droit d'être rémunéré.

Congé payé pour un décès

Attention! La loi sur les normes du travail définit conjoint comme étant : l'homme et la femme qui sont mariés et cohabitent ou qui vivent maritalement et sont les père et mère d'un même enfant ou qui vivent maritalement depuis au moins un an.

- Votre conjoint, votre enfant, votre père ou votre mère, votre frère ou votre soeur est décédé? Vous avez droit à une journée payée et trois autres non payées.
- Votre gendre, votre bru, un de vos grands-parents, un de vos petits-enfants, le père ou la mère de votre conjoint, le frère ou la soeur de votre conjoint, est décédé? Vous avez droit à une journée non payée.

Note: Vous devez avertir votre employeur que vous comptez vous absenter, et ce, le plus tôt possible.

Congé pour un mariage :

- Vous avez droit à une journée payée pour votre propre mariage.
- Vous avez droit à une journée non payée pour le mariage d'un de vos enfants, de votre père ou de votre mère, d'un de vos frères ou de vos soeurs ou de l'enfant de votre conjoint.

Note: Vous devez avertir votre employeur que vous comptez vous absenter, et ce, au moins une semaine à l'avance.



Congé pour une naissance ou une adoption

• Vous avez droit à 5 jours de congé.

Les deux premiers jours sont payés si vous avez travaillé pendant 60 jours d'une façon continue.

Note: Cependant, vous n'avez droit qu'à 2 jours non payés si vous avez adopté l'enfant de votre conjoint.

• Vous pouvez demander à votre employeur de fractionner ce congé. Vous avez 15 jours après l'arrivée du bébé pour vous en prévaloir. Faites vite!

Note: Vous devez avertir votre employeur que vous comptez vous absenter, et ce, le plus tôt possible.

Congé pour obligations parentales :

Votre enfant se réveille un beau matin avec des boutons douteux sur le visage et malheureusement toutes vos gardiennes vous font faux bond?

• Vous avez droit à **5 journées non payées par année**, mais votre absence doit être justifiée par des **circonstances imprévisibles et hors de votre contrôle** (vous êtes réellement mal pris), et vous devez avoir pris tous les moyens raisonnables pour éviter cette absence et en limiter la durée.

Note: Vous devez avertir votre employeur que vous comptez vous absenter, et ce, le plus tôt possible.

Congé pour examen médical relié à la grossesse

• Vous avez droit à **une journée de congé non payée** pour un examen médical relié à votre grossesse, et vous avez droit au même congé dans le cadre d'un examen effectué par une sage-femme.

Note: Vous devez avertir votre employeur que vous comptez vous absenter, et ce, le plus tôt possible.

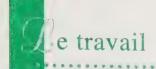
Congés de maternité

Congé ordinaire

- . Vous avez droit à 18 semaines sans salaire et prises d'une façon continue.
 - La Loi sur l'assurance-chômage vous accorde 15 semaines de prestations durant ce congé. Vous recevez vos prestations 2 semaines après le début de votre congé de maternité (pendant ces 2 semaines vous ne recevez aucune prestation de l'assurance-chômage : c'est la période de carence). Vous pouvez recevoir une allocation pour ces deux semaines, défrayée par le Programme d'allocation de maternité du Québec.

Renseignements

 Ministère de la Sécurité du revenu Québec : (418) 646-4099 Sans frais : 1 800 463-4022



- Vous avez le droit de commencer à recevoir des prestations seulement
 8 semaines avant la semaine présumée de votre accouchement.
- Vous pouvez les prendre à compter de la 16e semaine avant la date prévue de l'accouchement.
 - Vous devez donner un avis écrit à votre employeur au moins trois semaines avant votre départ. L'avis doit indiquer la date prévue de retour au travail, et être accompagné d'un certificat médical.
 - L'avis peut être inférieur à trois semaines si vous possédez un certificat médical attestant le besoin de cesser de travailler dans un délai rapproché.
 - Si vous ne vous présentez pas au travail à la date donnée dans l'avis, vous êtes présumée avoir démissionné.
- À partir de la 6e semaine qui précède la date prévue de votre accouchement, votre employeur peut, en vous en faisant la demande par écrit, exiger un certificat médical attestant que vous êtes en mesure de travailler.
 - Si vous **refusez** de fournir ce certificat **dans les 8 jours**, votre **employeur peut vous obliger à vous prévaloir de votre congé de maternité**, et doit le faire en vous envoyant **un avis écrit** motivant ses raisons d'agir ainsi.

Danger de fausse-couche, danger pour la santé de la mère ou pour celle de l'enfant à naître

- Vous avez droit à un congé de maternité spécial.
- Le congé de maternité ordinaire de 18 semaines est réputé commencer la 8e semaine avant la date prévue de l'accouchement.

Note: Vous avez droit en premier à votre congé spécial, et par la suite, votre congé de maternité ordinaire débute donc 8 semaines avant votre accouchement.

Fausse-couche naturelle ou provoquée légalement (depuis que les avortements ne sont plus illégaux, l'expression «provoquée légalement» a perdu son sens).

• Si l'événement survient 20 semaines avant la date prévue de l'accouchement, vous avez droit à un congé d'au plus 3 semaines.

Enfant mort-né.

• Si vous accouchez d'un enfant mort-né entre la 20e semaine avant la date prévue de l'accouchement et la date prévue de l'accouchement, votre congé de maternité doit se terminer au plus tard 5 semaines après la date prévue de l'accouchement.

Prolongation

• Vous pouvez prolonger votre congé de maternité de 5 semaines en envoyant à votre employeur un avis à cet effet avant l'expiration de votre congé de maternité. Vous devez joindre à cet avis un certificat médical prouvant que vous avez besoin de ces 6 semaines supplémentaires.



Le retrait préventif

Le retrait préventif ne fait pas partie du congé de maternité, il est prévu dans la *Loi* sur la santé et la sécurité du travail. Cette loi vise à éliminer les dangers pour votre santé, votre sécurité ou votre intégrité physique dans votre milieu de travail.

- Le retrait préventif ce n'est pas que pour la travailleuse enceinte, tout travailleur a le droit d'être réaffecté dans un emploi qui ne comporte aucun danger pour lui. Vous devez en faire la demande à votre employeur en lui fournissant un certificat médical prouvant qu'il y a un risque pour votre santé.
- Pendant les 5 premiers jours ouvrables où vous avez cessé de travailler, vous avez le droit de recevoir votre salaire habituel. Par la suite, vous avez droit à l'indemnité de remplacement du revenu, selon la Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles.

Renseignements

Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST)

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 725-6100 Sans frais : 1 800 668-2773 Télécopieur : (418) 722-3948

Saguenay-Lac-Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 696-5200 Sans frais : 1 800 668-0087 Télécopieur : (418) 545-3543

Saint-Félicien

Téléphone : (418) 679-5463 Sans frais : 1 800 668-6820 Télécopieur : (418) 679-5931

Québec

Québec

Téléphone : (418) 643-5860 Sans frais : 1 800 668-6811 Télécopieur : (418) 643-8364

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 372-3400

Sans frais :1 800 668-6210 Télécopieur : (819) 371-6971

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 821-5000 Sans frais :1 800 668-3090 Télécopieur : (819) 820-3927

Montréal

Téléphone : (514) 873-3990 Télécopieur : (514) 873-2057 et 1319, 1992, 1317, 1318.

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 778-8600 Sans frais : 1 800 668-4483 Télécopieur : (819) 772-3966

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone : (819) 797-6191 Sans frais : 1 800 668-2922 Télécopieur : (819) 762-9325

Val-d'Or

Téléphone : (819) 824-2724 Sans frais : 1 800 668-4593 Télécopieur : (819) 874-2522

Côte-Nord

Sept-Iles

 Téléphone
 : (418) 964-3900

 Sans frais
 : 1 800 668-5214

 Télécopieur
 : (418) 968-3230

Baie-Comeau

Téléphone : (418) 296-3484 Sans frais : 1 800 668-0583 Télécopieur : (418) 296-5691

Nord-du-Québec

Radisson

Téléphone : (819) 638-8978 Télécopieur : (819) 638-7570

Baie-James

Téléphone : (819) 853-5045 Télécopieur : (819) 853-5047



Commission de la santé et de la sécurité du travail (suite)

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Gaspé

Téléphone : (418) 368-7800 Sans frais : 1 800 668-6789 Télécopieur : (418) 368-6375

New-Richmond

Téléphone : (418) 392-5091 Sans frais : 1 800 668-4595 Télécopieur : (418) 392-5406

Chaudière-Appalaches

Saint-Romuald

Téléphone : (418) 839-2500 Sans frais : 1 800 668-4613 Télécopieur : (418) 839-2498

Laval

Téléphone :(514) 967-3200 Télécopieur :(514) 668-1174

Lanaudière

Joliette

Téléphone : (514) 753-2600 Sans frais : 1 800 461-4489 Télécopieur : (514) 756-6832

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone : (514) 431-4000 Sans frais : 1 800 465-2234 Télécopieur : (514) 432-1765

Montérégie

Longueuil

Téléphone : (514) 442-6200 Sans frais : 1 800 668-4612 Télécopieur : (514) 873-4155

Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone : (514) 359-2100 Sans frais : 1 800 668-2204 Télécopieur : (514) 359-1307

Valleyfield

Téléphone : (514) 377-6200 Sans frais : 1 800 668-2550 Télécopieur : (514) 377-8228

Saint-Hyacinthe

 Téléphone
 : (514) 771-3900

 Sans frais
 : 1 800 668-2465

 Télécopieur
 : (514) 773-8126

Granby

Téléphone : (514) 378-7971

Sorel

Téléphone : (514) 743-2727

Autres ressources disponibles pour les travailleurs accidentés au Québec

Au Québec



Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Association des travailleurs accidentés du Saguenay Téléphone : (418) 549-6744

Québec

Fondation pour l'aide aux travailleuses et aux travailleurs accidentés - FATA Québec Téléphone: (418) 641-0097

Mauricie-Bois-Francs

Drummondville Regroupement d'aide aux travailleurs accidentés du centre du Québec

Téléphone: (819) 478-3360

Trois-Rivières

Association des travailleurs accidentés de la Mauricie Téléphone : (819) 378-9358

Estrie

Sherbrooke

Comité des travailleurs accidentés de l'Estrie Téléphone: (819) 563-8178

Montréal

Centre d'aide aux travailleurs accidentés de Montréal Téléphone: (514) 529-7942 Fondation pour l'aide aux travailleuses et aux travailleurs accidentés - FATA Montréal Téléphone: (514) 271-0901 Union des travailleurs accidentés de Montréal

Téléphone: (514) 527-3661

Abitibi-Témiscamingue

Abitibi (Val d'Or) Fondation pour l'aide aux travailleuses et aux travailleurs accidentés - FATA

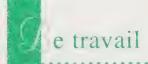
Téléphone: (819) 874-4177

Côte-Nord

Réseau d'entraide aux travailleurs accidentés de Baie-Comeau

Téléphone: (418) 589-8270

13



Allieurs au Québec



Autres ressources disponibles (suite)

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Association des travailleurs accidentés du Grand-Gaspé Téléphone: (418) 269-5177

Chaudière-Appalaches Saint-Jean-Port-Joli

Aide aux travailleurs accidentés Téléphone: (418) 598-9844

Thetford-Mines

Comité d'appui aux travailleurs accidentés de la région de l'amiante

Téléphone: (418) 338-8787

Lanaudière

Chertsey

Association des travailleurs accidentés de Jolimont Téléphone: (514) 882-2488 Saint-Michel-des-Saints Association des travailleurs accidentés du Matawin Téléphone: (514) 884-5294 Saint-Gabriel-de-Brandon

Association des travailleurs accidentés du Petit Brandon

Téléphone: (514) 835-4701

Laurentides

Lachute

Association des accidentés du travail des Laurentides

Téléphone: (514) 436-7937

Congé parental

Vous êtes le père ou la mère d'un nouveau-né?

Vous avez adopté un enfant d'âge pré-scolaire?

- · Vous avez droit chacun, à 34 semaines sans salaire et prises de façon continue.
- Si vous combinez ce congé avec vos 18 semaines de congé de maternité, vous avez droit à 1 an de congé sans salaire au total.
 - La Loi sur l'assurance-chômage vous accorde 10 semaines de prestations pour ce congé (que vous devez partager entre vous et votre conjoint). Le nombre maximal de semaines de prestations auxquelles vous avez droit en additionnant le congé de maternité et le congé parental, ne peut dépasser 30 semaines.

Attention! Vous ne pouvez bénéficier de ce congé si vous adoptez l'enfant de votre conjoint.

- · Votre congé débute le jour de la naissance de votre enfant ou le jour où l'enfant que vous adoptez vous est confié, et se termine au plus tard un an après.
- · Vous devez donner un avis écrit à votre employeur au moins trois semaines avant votre départ. L'avis doit indiquer la date du début du congé et celle prévue de votre retour au travail.

Si vous ne vous présentez pas au travail à la date donnée dans l'avis, vous êtes présumé avoir démissionné.

Le retour au travail après un congé de maternité ou un congé parental Pas facile d'être parents ?!

- Si votre congé a été d'une durée de moins de 12 semaines, votre employeur doit vous réintégrer dans votre poste habituel avec tous les avantages qui y sont rattachés.
- Si votre **congé** a été d'une **durée de plus de 12 semaines**, l'employeur peut vous réinstaller dans un emploi comparable.

On vous met à la porte du jour au lendemain? Pas si vite, vous avez

des droits!

On a la politesse de vous «démissionner», mais l'impolitesse de ne pas respecter vos droits?!

Si on met fin à votre contrat de travail (on vous met à la porte!) ou on vous met temporairement à pied pour six mois ou plus, votre employeur doit le faire en vous donnant un avis écrit.

- Vous avez droit à 1 semaine si vous avez travaillé moins d'un an d'une façon continue, mais plus de 3 mois.
- Vous avez droit à 2 semaines si vous avez travaillé entre 1 an et 5 ans d'une façon continue.
- Vous avez droit à 4 semaines si vous avez travaillé de 5 à 10 ans d'une façon continue.

Note: L'employeur n'est pas obligé de vous donner d'avis si votre contrat de travail expire, si vous avez commis une faute grave ou si la fin de votre emploi résulte d'une situation inusitée et imprévue dont il n'est pas responsable.

Votre employeur ne vous donne pas d'avis?

Votre employeur doit vous verser une journée de salaire pour chaque journée d'avis qu'il ne vous a pas donnée.

La retraite

Vous n'êtes plus tout jeune!

La Loi sur les normes du travail dit clairement que vous avez le droit de demeurer au travail malgré votre âge. Bien entendu vous n'avez pas plus de droits qu'un autre employé. Votre employeur peut vous suspendre, vous congédier ou vous déplacer, pourvu que la raison soit importante et qu'elle soit justifiée.



Faites respecter vos droits, vous avez des recours!

Renseignements

♦ Commission des normes du travail.



On vous doit votre salaire ou des avantages sociaux

- La Commission peut le réclamer en votre nom.
- Vous devez aussi savoir que si votre employeur a conclu avec vous une entente vous remboursant un montant inférieur à ce qu'il vous devait, elle n'est tout simplement pas valable!
 - Vous devez faire une plainte écrite.
 - Si vous donnez une autorisation écrite à un organisme à but non lucratif voué à la défense des droits des salariés, cet organisme peut vous représenter.

Note: si vous êtes lié par une convention collective ou un décret, informez-vous auprès de votre syndicat. Exercez en premier vos recours en fonction de votre convention collective.

- Suite à votre plainte, la Commission décide si oui ou non elle fait enquête.
 Si elle refuse, elle doit vous aviser par courrier recommandé ou certifié.
 Vous avez alors la possibilité de faire une demande de révision en faisant la demande par écrit à l'intérieur du délai de 30 jours.
- La Commission réétudie votre demande et vous répond par courrier certifié ou recommandé dans les 30 jours. La décision est finale.

On vous a congédié, suspendu ou déplacé injustement ?

• Vous vouliez faire respecter vos droits?

Note: Si ces événements se produisent dans les 20 premières semaines après le retour d'un congé de maternité ou d'un congé parental, la décision de l'employeur est présumée être injustifiée, c'est à lui à prouver que sa décision n'est pas douteuse.

- Vous avez donné des renseignements à la Commission ?
- Parce que vous faisiez l'objet d'une saisie de salaire ?
- Vous étiez ou êtes enceinte?
- Vous avez refusé de faire du temps supplémentaire parce que vos enfants réclamaient votre présence, et que vous ne pouviez pas faire autrement ?
- Vous avez refusé qu'on vous mette à la retraite?
- Vous êtes enceinte, vous avez refusé qu'on vous déplace dans votre emploi, et vous aviez un certificat médical attestant votre bonne santé?

Vous avez travaillé pour votre employeur pendant au moins trois mois d'une façon continue, et vous avez été absent 17 semaines ou moins durant les 12 derniers mois en raison de maladie ou d'accident qui ne sont pas dus à votre milieu de travail?

Cependant, si vos absences ou votre état de santé ont causé des **inconvénients** majeurs à votre employeur de sorte qu'ils constituent une cause juste et suffisante pour vous congédier, vous suspendre ou vous déplacer, il est alors en droit de le faire.

Note: Si vous avez été absent, 4 semaines et plus, votre employeur n'est pas obligé de vous réintégrer au même poste; il peut vous donner un poste comparable.

Pour toutes les raisons ci-haut mentionnées, c'est auprès du commissaire du travail que vous devez porter plainte (la Loi sur les normes du travail renvoie ici au Code du travail (du Québec)).

La plainte doit être écrite, et c'est l'employeur qui a le fardeau de se justifier et de prouver qu'il a agi ainsi en raison d'une cause juste et suffisante.

- Dans le cas d'une mise à la retraite, vous avez 90 jours pour porter plainte.
- Pour toutes les **autres raisons** ci-haut mentionnées, vous avez **45 jours** pour porter plainte.

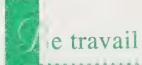
Si vous et votre employeur êtes d'accords, vous pouvez toujours faire appel à un médiateur nommé par la Commission des normes du travail.

Quels sont les pouvoirs du commissaire du travail?

- Il peut ordonner à l'employeur de vous réintégrer dans votre emploi et de vous verser l'équivalent du salaire dont vous avez été privé suite au congédiement ou à la suspension.
- Il peut aussi ordonner à l'employeur d'annuler une sanction ou de cesser d'exercer des mesures discriminatoires.

Vous avez été congédié pour aucune des raisons précédentes ni aucune autre raison suffisante et vous avez 3 ans de service continu dans la même entreprise ?

- Vous devez vous plaindre par écrit dans les 45 jours de votre congédiement auprès de la Commission des normes du travail.
- Si vous et votre employeur êtes d'accord, vous pouvez faire appel à un médiateur nommé par la Commission.



Le droit du travail et les obligations et devoirs de l'employeur

La discrimination

C'est la Charte des droits et libertés de la personne (Charte québécoise) et la Loi canadienne sur les droits de la personne qui interdisent aux employeurs d'avoir des comportements discriminatoires face à un employé handicapé durant l'emploi ou lors de l'embauche.

La Charte québécoise interdit

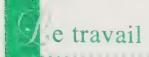
- d'exercer de la discrimination dans l'embauche, la probation, la formation professionnelle, la promotion, le renvoi, les conditions de travail en général, et dans l'établissement de catégories d'emploi;
- de discriminer une personne handicapée face à une association d'employeurs, de salariés ou une corporation professionnelle ;
- d'exercer de la discrimination dans un bureau de placement ;
- de demander des renseignements relatifs au handicap dans un formulaire de demande d'emploi ou lors d'une entrevue (à moins que cela ne soit essentiel pour le type d'emploi);
- d'accorder un salaire inférieur pour un travail équivalent.
 - il n'y a pas de discrimination si la différence de salaire est fondée sur l'ancienneté, la durée de service, l'évaluation au mérite, l'expérience, la quantité de production ou le temps supplémentaire, et si les autres membres du personnel sont aussi soumis à ces critères.

Attention! Il n'y a pas de discrimination si les aptitudes sont requises pour le type d'emploi ou par les caractères charitable, philantropique, religieux, politique ou éducatif d'une institution sans but lucratif ou qui est vouée exclusivement au bien-être d'un groupe ethnique.

La *Charte* ne s'applique pas à un employeur qui relève de la compétence fédérale, à une entreprise canadienne comme une banque ou une compagnie aérienne, au gouvernement fédéral et à ses organismes.

La Loi canadienne sur les droits de la personne interdit

- le refus injustifié d'employer une personne déficiente ;
- les formulaires de demande d'emploi qui suggèrent des restrictions fondées sur la déficience,
- la restriction des droits d'un déficient au niveau d'une organisation syndicale ;



- la restriction des droits d'un déficient dans l'embauche, les promotions, la formation;
- le harcelement d'une personne atteinte de déficience en matère d'emploi.

Note: Cependant, si l'employeur démontre que ses refus, exclusions, expulsions suspensions, restrictions, conditions ou préférences découlent d'exigences professionnelles justifiées, ses actes ne sont pas considérés comme étant discriminatoires. Ne sont pas non plus discriminatoires des distinctions qui ont été reconnues comme raisonnables par une ordonnance de la Commission canadienne des droits de la personne.

Mettre sur pied des programmes qui favorisent les personnes atteintes de déficience, ne constitue pas un acte discriminatoire.

La Loi canadienne sur les droits de la personne s'applique exclusivement à un employeur qui relève de la compétence fédérale, à une entreprise canadienne comme une banque ou une compagnie aérienne, au gouvernement fédéral et à tous ses organismes.

Favoriser l'intégration et l'embauche

C'est ici que les lois ont le moins de force, parce qu'elles n'imposent que peu d'obligations réelles ou de sanctions.

La Loi assurant l'exercice des droits des personnnes handicapées

C'est aux articles 63 à 64 que la loi demande aux employeurs ayant plus de 50 employés de fournir un plan d'embauche. Mais, c'est là la seule obligation, fournir un plan. Voir au début de ce chapitre pour le contenu.

La Loi sur l'équité en matière d'emploi

Cette loi est un plus coercitive que la Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées (c'est-à-dire qu'elle impose des sanctions).

La loi s'applique aux employeurs qui ont au moins 100 employés dans le cadre d'une entreprise fédérale au sens de l'article 2 du Code canadien du travail, ainsi que toute personne morale (compagnie) employant au moins 100 employés et constituée pour l'accomplissement de fonctions au nom du gouvernement du Canada. Voir au début de ce chapitre pour le contenu du plan et les obligations de l'employeur.



L'employeur doit déposer chaque année auprès du ministère un rapport contenant les renseignements demandés. Si ce rapport n'est pas fourni, l'employeur est passible d'une amende pouvant atteindre un maximum de 50 000 \$. Cependant, si l'employeur ne fait aucun geste concret pour supprimer des règles et usages qui nuisent à certains groupes ou n'élabore aucun plan pour atteindre l'équité en matière d'emploi, le ministère n'a le pouvoir que d'émettre des directives susceptibles d'aider l'employeur à se conformer à ces dispositions. Le ministère n'a pas le pouvoir d'obliger l'employeur à se soumettre à celles-ci.

Le programme d'obligation contractuelle

Il s'adresse aux entreprises de 100 employés et plus qui ont signé des contrats de biens et services avec le gourvernement fédéral d'une valeur de 200 000 \$ et plus.

Le programme vise aussi à atteindre l'équité en matière d'emploi et permet d'imposer des sanctions. Voir les premières pages de ce chapitre pour plus de détails.

Les programmes d'accès à l'égalité de la Charte québécoise

Ce sont les articles 86 à 92 qui expliquent les modalités et les mesures à prendre. L'article 86 mentionne que «Un programme d'accès à l'égalité a pour objet de corriger la situation de personnes faisant partie de groupes victimes de discrimination dans l'emploi, ainsi que dans les secteurs de l'éducation ou de la santé ou dans tout autre service ordinairement offert au public».

C'est la Commmission des droits de la personne qui peut intervenir après enquête, mais attention, la Commission n'a qu'un pouvoir de recommandation. Elle doit s'adresser au Tribunal des droits de la personne pour obtenir que ses propositions soient suivies, que l'implantation des programmes d'accès à l'égalité soit respectée.

L'obligation d'accommodement pour l'employeur

Une loi peut avoir des effets discriminatoires pour certains groupes d'individus, même si au départ le texte de la loi n'avait pas pour but de créer de la discrimination. Par exemple, une loi qui forcerait les employés à travailler le dimanche pourrait causer des problèmes à une personne dont la religion le lui interdit. L'employeur a alors l'obligation, d'après la jurisprudence à ce sujet, d'accommoder l'employé dans la mesure du possible. Il n'y a pas possibilité d'accommodement si cela a pour effet d'entraver l'exploitation de l'entreprise ou d'imposer des frais excessifs à l'employeur ou encore affecte d'une manière importante le reste du personnel.

Montréal : (514) 873-5146 Sans frais: 1800 361-6477

- Sans frais: 1 800 432-0432
 - Montréal : (514) 283-5776 Québec : (418) 648-3230
- Téléphone: (514) 873-2573

Autres ressources sur le droit du travail

- Commission des droits de la personne du Québec
- Commission de la fonction publique du Ouébec
- Commission de la fonction publique du Canada
- Conseil du Trésor (Service d'accès à l'égalité)

Les centres de travail adapté du Québec (CTA)

Au Québec o



Bas Saint-Laurent

Matane

Ateliers Léopold-Desrosiers Inc. Téléphone: (418) 562-2640

Mont-Joli

Centrap (Mitis) Inc.

Téléphone: (418) 775-7202

Rivière-du-Loup

Le Groupe Prosac Inc.

Téléphone: (418) 862-6838 Reliure Amqui (I.M.V.) Inc.

Téléphone: (418) 629-5256

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Chaine de travail adapté

C.T.A. Inc.

Téléphone: (418) 668-4758

Québec

Clermont

Atelier du Martin-Pêcheur Téléphone: (418) 439-3941

Québec

Atelier La Flèche de fer Inc. Téléphone: (418) 656-9150

Les Ateliers T.A.Q. Inc.

Téléphone: (418) 871-4912

Hichaud Inc.

Téléphone: (418) 682-0782

Sainte-Foy

Pir-Vir Inc.

Téléphone: (418) 654-1133

Baie Saint-Paul

Centre de travail de

Charlevoix Inc.

Téléphone: (418) 435-3682

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Atelier des Vieilles Forges Inc.

Téléphone: (819) 376-1834

Yamachiche Groupe RCM Inc.

Téléphone: (819) 296-3705

Drummondville

Récupération Centre

du Québec Inc.

Téléphone: (819) 477-1312

Estrie

Sherbrooke

Atelier Poly-Teck Inc.

Téléphone: (819) 563-6636

Montréal

Centre de transition pour adultes Le Transit Inc.

Téléphone: (514) 642-3250

Atelier Abaco Inc.

Téléphone: (514) 656-9150 Les Ateliers l'Essor Inc.

Téléphone: (514) 351-1577

Capeq Inc.

Téléphone: (514) 351-7820

Centre de transition

Le Sextant Inc.

Téléphone: (514) 354-3430



Au Québec



Les centres de travail adapté du Québec (suite)

Montréal (suite)

Pointe-Claire

Placement Potentiel Inc.

Téléphone: (514) 694-0315

Mont-Royal

Centre Juif de travail J.V.S. Inc.

Téléphone: (514) 735-4217

Saint-Laurent

Récupération Marronniers Inc.

Téléphone: (514) 738-1224

Outaouais

Hull

Centre de travail Laro Inc.

Téléphone: (819) 770-6434

Abitibi-Témiscamingue

Ville-Marie

Les Ateliers Kami Inc.

Téléphone: (819) 622-0069

Rouyn-Noranda

Témabex Inc.

Téléphone: (819) 762-7711

Côte-Nord

Ateliers populaires Sept-Iles

Téléphone: (418) 962-6620

Chaudière-Appalaches

Saint-Joseph-de-Beauce

L'Atelier de réadaptation au

travail de Beauce Inc.

Téléphone: (418) 397-4341 Sainte-Marie-de-Beauce

Cartonek Inc.

Téléphone: (418) 387-4003

Sans frais : 1 800 463-8947

Saint-Georges-de-Beauce

Centre de sous-traitance Beauce

Inc.

Téléphone: (418) 228-7431

Saint-Jean-Port-Joli

Horisol Coopérative de

travailleurs

Téléphone: (418) 598-3048

Thetford-Mines

Récupération Frontenac Inc.

Téléphone: (418) 338-8551

Lévis

Société Vie, intégration apprentissage pour handicapés

VIA Inc.

Téléphone: (418) 833-0422

Laval

Les Ateliers Lago Inc.

Téléphone: (514) 975-1550

Lanaudière

Repentigny

Serlan Inc.

Téléphone: (514) 654-9574

Montérégie

Saint-Jean-sur-Richelieu

Atelier industriel Saint-Jean

(1980) Inc.

Téléphone: (514) 347-2616

Saint-Hubert

Atelier La flèche de fer Inc .

Téléphone: (514) 656-9150

Châteauguay

Les Contenants Poly-Thèmes Inc.

Téléphone: (514) 692-1224

Volet "Création d'entreprises adaptées" du programme Contrat d'intégration au travail de l'OPHQ: Les entreprises adaptées subventionnées

Au Québec



Montréal

Association Action Plus LGS

Téléphone: (514) 324-8878

Outaouais

Centre Réintek Inc.

Téléphone: (819) 770-2018

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Chandler

Les Ateliers Actibec 2000 Inc.

Téléphone: (418) 689-5721

ou: (418) 689-6695

Le réseau des services externes de main-d'oeuvre du Québec (SEMO)

Au Québec



Bas Saint-Laurent

Responsable régional

Téléphone : (418) 722-3758 Télécopieur : (418) 722-3809 SEMO Région de Matane Inc.

(jeunes - personnes handicapées) Téléphone : (418) 562-1418 Télécopieur : (418) 562-3828

Rimouski

Ficelles pour l'accès des femmes au travail Inc. (Femmes)

Téléphone : (418) 723-2205 Télécopieur : (418) 723-4586

Mont-Joli

SEMO L'Élan (Centrap Mitis inc.) (personnes handicapées)

Téléphone : (418) 775-8989 Télécopieur : (418) 775-9304

Services à : Mont-Joli, Rimouski, Amqui Rivière-du Loup

La Rescousse du K.R.T.B. inc. (personnes handicapées)

Téléphone : (418) 862-1370 Télécopieur : (418) 862-7604

Services à : Rivière-du-Loup, Cabano, La Pocatière,

Trois-Pistoles

Saguenay-Lac Saint-Jean

Responsable régional

Téléphone : (418) 698-3582 Télécopieur : (418) 698-3607

Jonquière

SEMO Saguenay inc.

(personnes handicapées) Téléphone : (418) 548-3906

Dolbeau

SEMO Lac St Jean/Chibougamau-Chapais Inc. (femmes et personnes handicapées)

Téléphone : (418) 276-6613 Télécopieur : (418) 276-6617 Services à : Dolbeau, Roberval, Alma,

Chicoutimi

Unité Domrémy de Chicoutimi inc. (alcooliques et toxicomanes)
Téléphone : (418) 543-7162

Québec

Responsable régional

Téléphone: (418) 644-0325 Télécopieur: (418) 646-5456 Centre Étape - Atelier de formation pour les femmes inc.

(femmes de 25 ans et plus)
Téléphone : (418) 529-4779

ou (418) 529-0454

Télécopieur : (418) 529-2888 *Coup de pouce - Travail 1982*

inc. (jeunes de moins de 30 ans)

Téléphone : (418) 641-0534 Télécopieur : (418) 641-0087 Centre Action-Travail inc.

(hommes de 30 ans et plus) Téléphone : (418) 529-2118

Télécopieur : (418) 529-1885

Passeport Emploi inc. (handicapés intellectuels

et psychiques)

Téléphone : (418) 529-1512 Télécopieur : (418) 529-3618

Baie Saint-Paul

L'Appui de Charlevoix

(personnes handicapées et jeunes de moins de 30 ans)

Téléphone : (418) 435-2503

Télécopieur : (418) 435-2503 Services à : Baie-Saint-Paul,

La Malbaie

Mauricie-Bois-Francs

Responsable régional

Téléphone : (819) 371-6458

ou 371-6994

Drummondville

SEMO Drummond inc.

(personnes handicapées)

Téléphone : (819) 478-4277 Télécopieur : (819) 478-5067 **Services à : Drummondville,**

Victoriaville

Liaison Femmes-Travail (La Maison des femmes

de Bois-Francs inc.) (femmes) Téléphone : (819) 758-1975

Téléphone : (819) 758-1975 Télécopieur : (819) 758-8270

Trois-Rivières

SEMO Option Intégration inc.

(clientèle multiple)

Téléphone : (819) 379-8242 Télécopieur : (819) 379-2465

Services à : Trois-Rivières, Shawinigan, Grand-Mère, La Tuque, Louiseville,

Saint-Tite

Institut national canadien des aveugles (I.N.C.A. à Montréal) (déficience visuelle)

Téléphone : (514) 529-2040 Télécopieur : (514) 529-4662

Estrie

Responsable régional

Téléphone : (819) 820-3769 Télécopieur : (819) 820-3997

Sherbrooke

Comité de l'Estrie pour l'intégration au travail des personnes handicapées-(C.E.P.I.T.) (personnes handicapées)

Téléphone : (819) 564-1271 Télécopieur : (819) 564-8445



Au Québec



Le réseau des Services externes de main-d'oeuvre SEMO (Suite)

Estrie

SEMO de l'Estrie

(Trait-d'Union) (femmes)

Téléphone : (819) 566-7022 Télécopieur: (819) 566-2214

Asbestos

Club de Placement Régional inc.

(clientèle multiple)

Téléphone: (819) 879-4080 Télécopieur: (819) 879-2734

(Appeler avant d'expédier)

Lac Mégantic

Intro-Travail, région de Mégantic (clientèle multiple)

Téléphone: (819) 583-2081 Télécopieur: (819) 583-5319

Institut national canadien des aveugles (I.N.C.A.) (à Montréal)

(déficience visuelle)

Téléphone : (514) 529-2040 Télécopieur: (514) 529-4662

Montréal

Responsable régional

Téléphone : (514) 872-6640 Télécopieur: (514) 872-8154

Verdun

Service 18-30 enr.

(jeunes entre 18 et 30 ans)

Téléphone: (514) 767-9971

Télécopieur: (514) 767-5707

Lasalle

Relais des jeunes adultes du Sud-Ouest de Montréal

(personnes de 18-45 ans

prestataires de la sécurité du

revenu depuis plus de 6 mois) Téléphone : (514) 368-1832

Télécopieur: (514) 368-0711

Montréal

Opération Placement Jeunesse

inc. (jeunes)

Téléphone : (514) 281-1030 Télécopieur: (514) 281-9741

Intégration Jeunesse du Québec inc. (jeunes)

Téléphone : (514) 598-7319 Télécopieur: (514) 598-0977

Emploi Jeunesse 16-25 (jeunes)

Téléphone : (514) 495-6571 Télécopieur: (514) 277-8919

La Bourgade inc. (L'Étape) (personnes handicapées)

Téléphone : (514) 526-0887 Télécopieur: (514) 527-1028

Action Main-d'oeuvre de Montréal inc. (déficience

intellectuelle)

Téléphone : (514) 721-4941

Télécopieur: (514) 721-0937

L'Arrimage inc. (Montréal) (personnes handicapées)

Téléphone : (514) 389-9393

Télécopieur : (514) 389-5776 Institut national canadien des

aveugles (I.N.C.A.) (Montréal) (déficience visuelle)

Téléphone : (514) 529-2040

Télécopieur : (514) 529-4662 Service d'orientation et de

relance industrielle pour les

femmes (S.O.R.I.F.) (femmes)

Téléphone : (514) 271-3866 Télécopieur: (514) 271-5002

Optionnelle-Centre des femmes

de Montréal (femmes)

Téléphone : (514) 842-6652 Télécopieur: (514) 842-1067

Centre Eureka inc.

Téléphone : (514) 937-8998 Télécopieur : (514) 937-7529

Service intégration marché du travail par objectifs (S.I.M.O.)

(clientèle multiple)

Télécopieur: (514) 277-6566

Téléphone: (514) 277-6776

Carrefour Relance inc. (clientèle multiple)

Téléphone : (514) 254-7400 Télécopieur: (514) 254-9223

Centre Ex-Aequo inc.

Téléphone : (514) 274-5522 Télécopieur: (514) 274-8541

Y.M.C.A. de Montréal

Téléphone : (514) 849-8393 Télécopieur: (514) 849-9741 Option Travail inc. (handicapés

physiques et sensoriels)

Téléphone : (514) 687-6810 Télécopieur: (514) 687-2529

Outaouais

Responsable régional

Téléphone : (819) 772-3035

Télécopieur: (819) 772-3987

Fort-Coulonge

Club de recherche d'emploi du Pontiac (clientèle multiple de 16 à 55 ans)

Téléphone : (819) 683-2048 Télécopieur: (819) 683-2332

Hull

SEMO Outaouais-Travail (personnes handicapées)

Téléphone : (819) 777-3736

Télécopieur : (819) 777-4638 Services à : Hull, Fort-Coulonge

Gatineau

Projet d'intégration des femmes de l'Outaouais (femmes à faible revenu/familles monoparentales)

Téléphone: (819) 246-1725 Télécopieur: (819) 246-3884 Institut national canadien des aveugles (I.N.C.A.) (à Montréal) (déficience visuelle)

Téléphone : (514) 529-2040 Télécopieur: (514) 529-4662

Téléphone : (514) 526-0887

Lanaudière

Responsable régional

Téléphone : (514) 569-3097 Télécopieur: (514) 569-3074

Joliette

Centre Point d'Appui de Lanaudière inc. (personnes handicapées)

Téléphone: (514) 759-8222,

poste 2026

Télécopieur: (514) 759-7969 Services à : Joliette, Repentigny Repentigny

Groupe Ressources Lanaudière (femmes)

Téléphone : (514) 654-6081 Télécopieur: (514) 654-6252

Laurentides

Responsable régional

Téléphone : (514) 569-3097 Télécopieur: (514) 569-3074

Saint-Jérôme

Intégration-Travail Laurentides inc. (personnes handicapées)

Téléphone : (514) 436-4024 Télécopieur: (514) 431-5813

Services à : Saint-Jérôme, Sainte-Thérèse, Saint-Eustache,

Sainte-Adèle SEMO des Laurentides (clientèle multiple)

Téléphone : (514) 229-3080 Télécopieur: (514) 229-7296

Ailleurs au Québec



Abitibi-Témiscamingue

Responsable régional

Téléphone: (819) 762-6526 Télécopieur: (819) 797-9838

Rouyn-Noranda

SEMO Vision-travail Abitibi-Témiscamingue (clientèle multiple)

Téléphone : (819) 797-0822

ou 797-6634

Télécopieur: (819) 797-6273

Services à : Rouyn-Noranda, La Sarre, Val d'Or, Ville-Marie, Amos, Senneterre Institut national canadien des aveugles (I.N.C.A.) (à Montréal) (déficience visuelle)

Téléphone : (514) 529-2040 Télécopieur: (514) 529-4662

Côte-Nord

Responsable régional

Téléphone: (418) 589-7455 Télécopieur: (418) 589-5437

Baie-Comeau

Le Groupe de la Côte Division SEMO Côte-Nord (personnes handicapées)

Téléphone: (418) 589-9034 Télécopieur: (418) 589-9200

Nord-du-Québec

Responsable régional

Téléphone: (418) 698-3582 Télécopieur: (418) 698-3607

Dolbeau

SEMO Lac St-Jean, Chibougamau Chapais Inc. (femmes et personnes handicapées)

Téléphone : (418) 276-6613 Télécopieur: (418) 276-6617

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Le réseau des services externes de main-d'oeuvre (Suite)

Responsable régional

Téléphone: (418) 368-5521 Télécopieur: (418) 368-2404

Gaspé

SEMO Gaspésie-Les Îles Inc. (personnes handicapées et chefs de famille monoparentale)

Téléphone : (418) 368-1556 Télécopieur: (418) 368-4187 Services à : Gaspé, Chandler, Sainte-Anne-des-Monts, Bonaventure, Fatima

Chaudière-Appalaches

Responsable régional

Téléphone: (418) 835-3624 Télécopieur: (418) 837-5915

Thetford-Mines

SEMO Chaudière-Appalaches (personnes handicapées et hommes de 40 ans et plus, prestataires de la sécurité du revenu depuis plus de 2 ans sans formation secondaire complète)

Téléphone : (418) 338-5656 Télécopieur: (418) 335-5904 Services à : Thetford-Mines, Lac-Etchemin, Lévis, Montmagny, Sainte-Croix, Saint-Joseph-de-Beauce, Saint-Georges, Saint-Lazare-de-Bellechasse, L'Islet,

Laval

Responsable régional

Téléphone : (514) 873-4280 Télécopieur: (514) 873-9269 Option Travail inc. (personnes handicapées)

Téléphone : (514) 687-6810 Télécopieur: (514) 687-2529 13

Aillears an Oachec



Le réseau des services externes de main-d'oeuvre (Suite)

Laurentides

SEMO Mont-Laurier (A.D.I.H.M.P.) (clientèle multiple)

Téléphone : (819) 623-1482 Télécopieur : (819) 623-6275

Montérégie

Responsable régional

Téléphone : (514) 928-7801 Télécopieur : (514) 928-7567

Longueuil

Service Intégration au marché du travail de la Montérégie inc. (I.M.T.M.) (jeunes de 15-22 ans)

Téléphone : (514) 679-7311 Télécopieur : (514) 679-7316 Comité régional d'intégration au travail (C.R.I.T.) (personnes handicapées)

Téléphone: (514) 646-1595 Télécopieur: (514) 646-3217 Services à : Longueuil, Saint-Hyacinthe, Châteauguay, Valleyfield, Vaudreuil, Saint-Jean-sur-Richelieu, Sorel, Granby

Form-O-Sud (femmes) Téléphone : (514) 670-4198

Télécopieur : (514) 670-4281

Laprairie

Centre d'Intégration

Jeunesse/Adulte inc. (C.I.J. AD.)

(clientèle multiple)

Téléphone : (514) 659-7761 Télécopieur : (514) 659-7761

Châteauguay

SEMO le Jalon (hommes de 30

ans et plus et femmes)

Téléphone: (514) 691-9622 Télécopieur: (514) 691-9559 SEMO Granby et région (clientèle multiple)

Téléphone : (514) 777-3771 Télécopieur : (514) 777-3772

Autres centres de formation et d'intégration (placement) au marché du travail

Ces diverses ressources offrent des services s'apparentant à ceux des SEMO mais sont financées par d'autres sources que le ministère de la Sécurité du revenu.

Au Quéhec



Bas Saint-Laurent

I.N.C.A. (Québec) (déficience visuelle)

Téléphone : (418) 529-9224 Télécopieur : (418) 529-3899

Saguenay-Lac Saint-Jean

I.N.C.A. (Québec) (déficience visuelle)

Téléphone : (418) 529-9224 Télécopieur : (418) 529-3899

Québec

L'Arbre (déficiences intellectuelle et psychique)

Téléphone : (418) 529-0181 Télécopieur : (418) 529-5160 La Croisée (déficiences physiques et sensorielles)

Téléphone : (418) 529-6841 Télécopieur : (418) 529-5085

Montréal

Association montréalaise pour les aveugles (déficience visuelle)

Téléphone : (514) 489-8201,

poste 202

Télécopieur: (514) 489-3477 Centre d'orientation juif (Montréal) (personnes handicapées)

Téléphone : (514) 345-2625 Télécopieur : (514) 345-1369 TranSart vers l'emploi (déficience psychique)

Téléphone: (514) 288-3466 Télécopieur: (514) 288-3848 Accès-Cible (santé mentale travail) inc. (déficience psychique)

Téléphone: (514) 525-8888 Télécopieur: (514) 525-9249 Maison Les Étapes (déficience psychique)

Téléphone : (514) 488-9119

Verdun

Le Projet P.A.L. Inc. (déficience psychique)

Téléphone : (514) 767-4701

Au Québec



Autres centres de formation et d'intégration au marché du travail (suite)

Montréal

Comité Interentreprise d'intégration au travail des personnes handicapées (C.I.I.T.) (personnes handicapées)

Téléphone : (514) 858-1158 Télécopieur: (514) 858-6996 Mode d'emploi (Centre spécialisé de ressources humaines) (déficiences physiques)

Téléphone : (514) 593-1888 Télécopieur: (514) 593-7790

Saint-Laurent

AIM-CROIT (déficiences physique et sensorielle)

Téléphone : (514) 744-2944 Télécopieur: (514) 744-5711

Lanaudière

Terrebonne

Mouvement d'action jeunesse et d'initiative pour l'emploi (déficiences physique et intellectuelle, personnes de moins de 30 ans) Téléphone : (514) 492-0088

Télécopieur: (514) 492-0473

Service d'emploi Le Démarrage inc. (Déficience intellectuelle, personnes de moins de 30 ans)

Téléphone : (514) 755-2757 Télécopieur: (514) 755-4264

Bureaux régionaux de la Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre

Au Ouébec



Bas Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone: (418) 723-5677 ou (418) 725-6204

Amqui

Téléphone: (418) 629-1870

Matane

Téléphone: (418) 562-6771

Rivière-du-Loup

Téléphone: (418) 862-9801

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 549-0595 Sans frais: 1800 463-9641

Québec

Téléphone: (418) 687-3540

Donnacona

Téléphone: (418) 285-0808

Clermont

Téléphone: (418) 439-4457

Mauricie-Bois-Francs

Cap-de-la-Madeleine

Téléphone : (819) 379-1314 Sans frais: 1800 567-7959

Saint-Léonard d'Aston

Téléphone: (819) 399-3173

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 822-5606 Sans frais: 1800 665-1732

Montréal

Téléphone: (514) 725-7744

Outaouais

Hill

Téléphone: (819) 771-7487

Maniwaki

Téléphone: (819) 449-6471

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone: (819) 764-6115

Amos

Téléphone: (819) 732-3373

Val-d'Or

Téléphone: (819) 825-3144

Ville-Marie

Téléphone: (819) 629-3202

La Sarre

Téléphone: (819) 333-2331

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone: (418) 589-3777 Sans frais: 1 800 463-8548

Forestville

Téléphone: (418) 587-4055 Havre-Saint-Pierre

Téléphone: (418) 538-2522

Sacré-Coeur

Téléphone: (418) 236-4777

Sept-Îles

Téléphone: (418) 962-7888 Sans frais: 1800 463-1782



Au Québec



Société québécoise de développement de la main-d'oeuvre (suite)

Nord-du-Québec

Ouébec

Téléphone: (418) 687-3540

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Cap-aux-Meules

Téléphone: (418) 986-5934

Carleton

Téléphone: (418) 364-3324

Gaspé

Téléphone: (418) 368-1661

Chaudière-Appalaches

Lévis

Téléphone: (418) 835-0933

Thetford Mines

Téléphone: (418) 334-2500

Montmagny

Téléphone: (418) 248-2480

Sainte-Marie

Téléphone: (418) 387-5784

Saint-Georges

Téléphone: (418) 227-6060

Laval

Téléphone: (514) 682-5505

Lanaudière

.Ioliette

Téléphone: (514) 755-1575

Repentigny

Téléphone: (514) 582-1157

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone: (514) 436-1171

Mont-Laurier

Téléphone: (819) 623-6202

Sainte-Thérèse

Téléphone: (514) 434-114

Montérégie

Saint-Hyacinthe

Téléphone: (514) 773-7463

ou (514) 773-4954

Granby

Téléphone: (514) 378-9861

Tracy

Téléphone: (514) 742-5651

Châteauguay

Téléphone: (514) 692-2876

Longueuil

Téléphone: (514) 463-1660 Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone: (514) 347-3606

Valleyfield

Téléphone: (514) 373-9966

Centres de réadaptation offrant des programmes d'intégration socio-professionnelle

Au Ouébec



Bas Saint-Laurent

Rimouski

Les services adaptation Osmose (SAHT)

Téléphone: (418) 723-4425 Télécopieur: (418) 722-6113 Services à : Rimouski, Amqui,

Matane

Centre de réadaptation en déficience intellectuelle K.R.T.B.

(Saint-Cyprien)

Téléphone : (418) 963-2016 Télécopieur: (418) 963-2617 Services à : Rivière-du-Loup, Cabano, Trois-Pistoles,

La Pocatière, Saint-Cyprien

Mont-Joli

Centre de réadaptation

L'InterAction

Téléphone: (418) 775-7261 Télécopieur : (418) 775-8607

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

CEDAP Lac St-Jean inc.

Téléphone : (418) 668-7925 Télécopieur : (418) 668-0790 Services à : Alma, Roberval,

Dolbeau

Centre d'entraînement à la vie de

Chicoutimi

Téléphone : (418) 549-4003 Télécopieur: (418) 549-5281 Services à : Chicoutimi, Jonquière, La Baie, Saint-Ambroise

Alma

Villa des Lys

Téléphone: (418) 662-3447 Télécopieur: (418) 662-7870

Roberval

Le Claire Fontaine

Téléphone : (418) 275-1360 Télécopieur: (418) 275-6211

Ouébec

Charlesbourg

Centre de réadaptation La Triade

Téléphone : (418) 626-3244 Télécopieur: (418) 626-7773 Services à : Charlesbourg,

Saint-Émile, Québec, Ancienne-Lorette, Cap-Rouge, Donna-

cona, Saint-Marc-des-Carrières,

Beauport, Pont-Rouge

Ouébec

Baie-Saint-Paul

Centre Hospitalier de Charlevoix Les Ateliers-de-la-Baie

Téléphone: (418) 435-5150,

poste 3050

Télécopieur: (418) 435-3315 Services à : Baie-Saint-Paul, Rivière-Malbaie, La Malbaie, L'Ange-Gardien, Petite Rivière Saint-François

Ouébec

Services socio-professionnels (services Barbara-Rourke)

Téléphone: (418) 529-6571 Télécopieur: (418) 529-0441

Services à : Québec, Sillery

Beauport

Centre de réadaptation en santé mentale du Centre hospitalier Robert Giffard

Téléphone : (418) 663-5321 Télécopieur: (418) 666-3254

Institut des sourds de Charlesbourg

Téléphone : (418) 623-9801 Télécopieur: (418) 626-3914

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Centre de services en déficience intellectuelle Mauricie/

Bois-Francs

Téléphone: (819) 379-6868 Télécopieur: (819) 379-5155 Services à : Drummondville, Victoriaville, Louiseville, Capde-la-Madeleine, Grand-Mère, La Tuque

Estrie

Sherbrooke

Centre de réadaptation Estrie Inc.

Téléphone: (819) 346-8411 Télécopieur: (819) 564-7670 Services à : Sherbrooke,

Asbestos, Lac Mégantic,

East Angus Lennoxville

Centre d'accueil Dixville Inc.

Téléphone : (819) 821-2928 Télécopieur: (819) 821-2920

Services à : Ayer's Cliff, Lennoxville, Dixville,

Sherbrooke

Centre Notre-Dame de l'Enfant

Téléphone : (819) 821-2928 Télécopieur: (819) 821-2920

Services à : Sherbrooke, Magog

Montréal

Pointe-Claire

Centre de réadaptation de l'Ouest de l'Île

Téléphone : (514) 694-3421 Télécopieur: (514) 694-6624

Saint-Laurent

Les Ateliers Le Cap/Centre d'adaptation professionnelle

Téléphone : (514) 335-7100 Télécopieur: (514) 339-5483 Services à : Saint-Laurent,

Montréal. Montréal

Centres Marroniers

Té éphone : (514) 255-4025 Télécopieur : (514) 255-7620 Centre d'accueil Miriam

Téléphone : (514) 681-9256 Télécopieur: (514) 681-8394

Centre d'accueil La Spirale Téléphone : (514) 274-5571 Télécopieur : (514) 274-8905 Services à : Montréal, Lasalle Aniou

À La Croisée

Téléphone : (514) 353-2991 Télécopieur: (514) 353-1067 Services à : Montréal, Anjou, Saint-Léonard

Atelier Le fil d'Ariane Inc. Téléphone : (514) 842-5592 Télécopieur: (514) 842-8343

Saint-Pierre

Centre d'accueil Jean-Olivier

Chénier

Téléphone : (514) 364-2280 Télécopieur: (514) 595-5371 Services à : Lasalle, Montréal Hôpital Rivière-des-Prairies

Téléphone : (514) 323-7260,

poste 2917

Télécopieur : (514) 323-8622

Centre de réadaptation Constance-Lethbridge

Téléphone : (514) 487-1770 Télécopieur: (514) 487-5494 Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

Téléphone : (514) 527-4521 Télécopieur : (514) 527-0979 Institut Raymond-Dewar

Téléphone : (514) 284-2581 Télécopieur: (514) 284-0699

Outaouais

Aylmer

Pavillon du Parc

Téléphone: (819) 684-1022 Télécopieur: (819) 684-8153 Services à : Hull, Gatineau,

Buckingham

Hull

Centre de réadaptation

La Ressource

Téléphone : (819) 777-6261 Télécopieur: (819) 777-0073 13

Au Québec



Centres de réadaptation (suite)

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Clair Foyer Inc.

Téléphone: (819) 732-6511 Télécopieur: (819) 732-0922 Services à : Rouyn-Noranda, La Sarre, Amos, Val d'Or,

Ville-Marie Rouyn-Noranda La Maison Inc.

Téléphone : (819) 762-6592 Télécopieur : (819) 797-9313

Côte-Nord

Baie-Comeau

Centre des ressources institutionnelles Côte-Nord Téléphone : (418) 589-2038 Télécopieur : (418) 589-6227 Services à : Baie Comeau, Forest-ville, Les Escoumins.

Sept-Îles

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Sainte-Anne-des-Monts Centre de réadaptation de la Gaspésie

Téléphone: (418) 763-3325 Télécopieur: (418) 763-5631 Services à : Sainte-Anne-des-Monts, Gaspé, Caplan, New Carlisle, Chandler, Fatima Centre de réadaptation des Îles

Téléphone : (418) 986-3590 Télécopieur : (418) 986-5778

Chaudière-Appalaches

Lévis

Centre de réadaptation l'Estran
Téléphone : (418) 833-3218
Télécopieur : (418) 833-9849
Services à : Laurier-Station,
Lotbinière, Montmagny, Saint-Jean-Port-Joli, Saint-Fabien-de-Panet, Lévis, Saint-Romuald,
Saint-Lazare

Saint-Georges Est Centre Victor Cloutier

Téléphone : (418) 228-2051 Télécopieur : (418) 228-3072 Services à : Saint-Georges, Thetford-Mines, Sainte-Marie, Lac-Etchemin, Saint-Prosper,

Sainte-Justine

Laval

Centre d'intégration socioprofessionnelle de Laval Téléphone : (514) 668-9840 Télécopieur : (514) 668-6081 Centre d'accueil Miriam Téléphone : (514) 681-9256 Télécopieur : (514) 681-8394

Lanaudière

Joliette

L'Atelier du Fil au BoisTéléphone : (514) 756-1642
Télécopieur : (514) 756-6673

Services à : Joliette, Repentigny, Rawdon, Saint-Gabriel-de-Brandon, Mascouche

Laurentides

Lafontaine

Centre de réadaptation La Ruche
Téléphone: (514) 436-5333
Télécopieur: (514) 431-5813
Services à: Boisbriand,
Saint-Eustache, Lafontaine,
Saint-Jérôme
Lachute
CAPAR Inc.
Téléphone: (514) 562-8563

Téléphone : (514) 562-8563 Télécopieur : (514) 562-7302

L'Annonciation

C.H. Laurentides et Centre de réadaptation Hautes Vallées Téléphone : (819) 275-2118 Télécopieur : (819) 275-2464 Services à : L'Annonciation, Mont-Laurier, Sainte-Agathedes-Monts

Montérégie

Chambly

Centre de réadaptation Horizon

Téléphone : (514) 658-4341 Télécopieur : (514) 658-4344 **Services à : Brossard,**

Longueuil, Chambly, Saint-Hubert, Lemoyne Waterloo

Le Centre Butters-Savoy Inc. Téléphone : (514) 375-4645

Télécopieur : (514) 375-4863 Services à : Saint-Hyacinthe,

Acton Vale, Granby, Farnham, Cowansville, Beloeil, Sorel, Fast Farnham, Log Brome

East-Farnham, Lac-Brome, Waterloo

Longueuil

Institut Nazareth et Louis-Braille

Téléphone : (514) 463-1710 Télécopieur : (514) 463-0243

Châteauguay

Les Services de réadaptation du Sud-Ouest

Téléphone: (514) 692-1010 Télécopieur: (514) 692-9950 Services à: Valleyfield, Dorion,

Châteauguay

Saint-Jean-sur-Richelieu *Maribro Inc.*

Téléphone : (514) 348-0947 Télécopieur : (514) 348-0949

Saint-Luc

Le Renfort Inc.

Téléphone: (514) 348-6121 Télécopieur: (514) 348-8440 Services à : Saint-Jean-sur-Richelieu, Lacolle, Saint-Rémi

CHAPITRE 14

La santé et vos droits



		•	

Vous êtes atteint d'un handicap... Vous souffrez d'une déficience...

Vous avez des droits !

Vous pensez être victime de discrimination ?

La Charte canadienne des droits et libertés vous garantit des droits

Ile garantit le bénéfice, la protection et l'application des lois, d'une façon égalitaire face à tous, indépendamment de toute discrimination, y compris les discriminations fondées sur les déficiences physiques ou mentales.

Si vous pensez qu'une loi ou un règlement provincial ou fédéral, incluant les lois fiscales et les règlements municipaux, vous discrimine, vous pouvez en contester la validité en invoquant la Charte canadienne.

Vous pouvez aussi vous adresser au tribunal compétent pour obtenir réparation.

Cela pourrait être, par exemple, une somme d'argent ou la cessation d'un acte.

Voici des exemples de ce qui a déjà été invoqué avec succès devant les tribunaux au Canada:

- · a été jugé discriminatoire le fait d'interdire, par un article du code de la route, un permis de conduire commercial à un diabétique prenant de l'insuline ;
- · a été jugé discriminatoire le fait de refuser ou d'interrompre un traitement médical, parce qu'au départ la personne était gravement atteinte d'une déficience.

Tout tribunal est compétent pour juger du caractère discriminatoire d'une loi ou d'un règlement en fonction de la Charte canadienne.

Renseignements

Barreau Service à la clientèle qui réfère à un avocat

Montréal : (514) 866-2490 : (418) 529-0301 Ouchec : (514) 686-2958

Téléphone juridique (messages enregistrés)

Service de la Société québécoise d'information juridique (SOQUIJ)

L'aide juridique au Québec : message 4 600

: message 4 601 Frais d'avocat

Téléphone : 1 900 451-6096 Attention! le service coûte 1,50 \$ la minute

Les bureaux d'aide juridique



Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

Rimouski

Téléphone: (418) 722-4422

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 543-7783

Québec

Téléphone: (418) 627-4019

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 379-4175

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 563-6122

Montréal

Montréal

Téléphone: (514) 849-9488

Outaouais

Hull

Téléphone: (819) 772-3235

Abitibi-Témiscamingue

Amos

Téléphone: (819) 732-5215

Côte-Nord

Sept-Îles

Téléphone: (418) 968-1140

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone: (514) 431-1122

Montérégie

Longueuil

Téléphone: (514) 674-4911

La Déclaration canadienne des droits de la personne

Bien que quelque peu reléguée aux oubliettes depuis l'avènement de la *Charte cana-dienne*, elle demeure un outil utilisable.

Il y est déclaré que l'individu a droit à l'égalité devant la loi et à la protection de la loi.

Ce qui veut dire que même si vous souffrez d'un handicap, la loi doit aussi vous protéger, et qu'une loi qui s'applique à tous, s'applique aussi à vous.

Si vous pensez qu'une loi ou qu'un règlement fédéral, y compris une loi fiscale fédérale, vous discrimine, vous pouvez en contester la validité en invoquant la Déclaration.

Renseignements

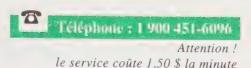
 Barreau
 Service à la clientèle qui réfère à un avocat Montréal : (514) 866-2490 Québec : (418) 529-0301 Laval : (514) 686-2958

Téléphone juridique (messages enregistrés)

Service de la Société québécoise d'information juridique (SOQUIJ)

L'aide juridique au Québec : message 4 600

Frais d'avocat : message 4 601



Bureaux d'aide juridique

Voir la liste au début du chapitre

La Charte des droits et libertés de la personne, communément appelée la Charte québécoise

Elle garantit la reconnaissance et l'exercice des droits et libertés de la personne contenus dans la *Charte*, à toute personne sans distinction, y compris les distinctions fondées sur le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour y pallier.

Plus spécifiquement, il est interdit de :

- harceler des personnes handicapées ;
- diffuser des messsages ou avis à caractère discriminatoire ;
- refuser de conclure un acte juridique (bail, hypothèque) sur une base discriminatoire ;
- mettre une clause discriminatoire dans un acte juridique ;
- empêcher des personnes handicapées d'avoir accès aux moyens de transport, aux lieux publics, et d'y utiliser les biens et services ;
- exercer de la discrimination dans l'embauche, la probation, la formation professionnelle, la promotion, le renvoi, les conditions de travail en général, et dans l'établissement de catégories d'emploi;
- discriminer une personne handicapée face à une association d'employeurs, de salariés, ou une corporation professionnelle;
- exercer de la discrimination dans un bureau de placement ;
- demander des renseignements relatifs au handicap dans un formulaire de demande d'emploi ou lors d'une entrevue (à moins que cela ne soit essentiel pour le type d'emploi);
- accorder un salaire inférieur pour un travail équivalent.

Si vous pensez qu'une loi ou un règlement provincial, y compris une loi fiscale provinciale et des règlements municipaux, vous discriminent selon une des causes de discrimination mentionnées précédemment, vous pouvez en contester la validité en invoquant la *Charte québécoise*.

14

De plus, toute personne âgée ou toute personne handicapée a le droit d'être protégée contre toute forme d'exploitation. Une atteinte à ce droit ou à un droit quelconque de la *Charte*, donne à la victime le droit d'obtenir que cesse cette atteinte, et la réparation du dommage subi.

Voici des exemples de ce qui a déjà été invoqué avec succès devant les tribunaux au Québec :

- même si une enfant souffre du syndrome de Down (mongolisme), on ne peut tenir compte de ce handicap pour décider si on doit lui faire subir une intervention chirurgicale qui lui sauverait la vie ;
- une municipalité n'a pas le droit de refuser à un handicapé de se servir d'un magnétophone pour pallier à son handicap;
- un règlement qui interdit à une personne qui a perdu un pied ou une jambe de conduire un véhicule lourd, est invalide parce que discriminatoire ;
- refuser de recevoir dans son restaurant un aveugle accompagné de son chien (Tribunal des droits de la personne);
- congédier une vendeuse en période d'essai parce qu'elle boite en raison d'une déformation à la colonne vertébrale.

La Commission des droits de la personne existe pour entendre et répondre à toutes les plaintes concernant la *Charte québécoise*.

Qui peut adresser une demande d'enquête?

- La personne qui se croit lésée. Elle doit le faire par écrit et peut demander que son identité ne soit pas révélée.
- Tout organisme voué à la défense des droits de la personne qui agit pour le compte d'autrui, et ce, sans que le consentement de la personne âgée ou handicapée soit nécessaire.
- · La Commission elle-même.
- Le Protecteur du citoyen qui reçoit une plainte relevant de la Commission, doit la lui transmettre.

Les fonctions de la Commission

- Recevoir les plaintes et faire une enquête.
- Promouvoir, faire de la recherche.
- Faire l'analyse des lois, et donner les recommandations appropriées au gouvernement.

Les pouvoirs de la Commission

- Elle doit amener les parties à s'entendre, et cette entente doit être constatée par écrit.
- · Si l'entente n'est pas possible, la Commission demande que cesse l'acte fautif ou soit fait ce qui devait l'être ou encore, attribue une somme d'argent.
- · Un tribunal, notamment le Tribunal des droits de la personne, intervient à ce niveau si les demandes de la Commission ne sont pas respectées, et peut ordonner toute mesure appropriée, y compris réintégrer une personne dans son poste.

Renseignements

Commission des droits de la personne du Québec

- Région de Montréal
- Région de Québec

	Montreal	: (514) 873-7611
	Extérieur	: 1 800 361-647

Ouébec : (418) 643-4826 Extérieur : 1 800 463-5621

Ailleurs au Québec



Outaouais

Hull

Téléphone: (819) 776-8113

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn:

Téléphone: (819) 797-0915

Côte Nord

Sept-Îles

Téléphone: (418) 962-4405

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 822-6925

La Loi canadienne sur les droits de la personne

Elle interdit les comportements ou actes discriminatoires suivants :

- · le refus de biens, de services d'installations ou d'hébergement, en raison de déficience :
- · le refus de louer des locaux commerciaux ou des logements, en raison de déficience :
- le refus injustifié d'employer une personne déficiente ;
- · les formulaires de demande d'emploi qui suggèrent des restrictions fondées sur la déficience:
- restreindre les droits d'un déficient au niveau d'une organisation syndicale ;
- restreindre les droits d'un déficient dans l'embauche, les promotions, la formation ;

14

- exposer des affiches qui suggèrent la discrimination ;
- toute propagande haineuse.

La Cour d'appel, en 1989, a jugé qu'il était possible de contester la validité d'une loi ou d'un règlement fédéral, en invoquant la Loi canadienne sur les droits de la personne.

Si vous pensez être victime de comportements discriminatoires :

- d'employeurs, de fournisseurs de biens, de services d'installations ou de moyens d'hébergement, qui relèvent de la **compétence fédérale**;
- d'entreprises canadiennes comme les banques, les compagnies aériennes et ferroviaires, et les réseaux de télévision;
- du gouvernement fédéral et de tous ses organismes.

Vous pouvez vous en plaindre devant la Commission canadienne des droits de la personne.

Qui peut porter plainte?

- Un individu ou un groupe d'individus ayant des motifs raisonnables.
- La Commission elle-même, si elle a des motifs raisonnables.

Les fonctions et pouvoirs de la Commission

- La Commission charge un enquêteur de faire enquête.
- L'enquêteur doit faire son rapport à la Commission.
- La Commission prend une décision à partir du rapport et envoie un avis écrit aux parties.
- La Commission peut aussi demander la conciliation dans les cas où cet avis n'est pas suivi.
- Si les parties s'entendent entre elles, elles doivent faire approuver cette entente par la Commission.
- La Commision peut, après le dépôt d'une plainte, faire appel à un Tribunal (canadien) des droits de la personne.
- Si le Tribunal juge la plainte fondée, il peut ordonner :
 - de mettre fin à l'acte et adopter ou mettre en oeuvre un programme visant à réduire la discrimination ;
 - de redonner à la victime les droits dont elle a été privée ;
 - d'indemniser la victime avec une somme d'argent ;
 - que les locaux et installations soient adaptés à une personne déficiente ;
 - si la victime a souffert moralement ou que l'acte a été fait consciemment, le tribunal peut lui accorder en plus jusqu'à 5000 \$.

Sont des infractions

- Les parties ne faisant pas approuver leur entente par la Commission.
- Entraver le tribunal dans l'exercice de ses fonctions.
- Faire des menaces et intimider la personne qui a porté plainte.
- Entraver l'enquêteur.

Les peines

- Maximum 50 000 \$ pour un employeur, un syndicat, une association patronale.
- Maximum 5000 \$ dans les autres cas.

Renseignements

 Commission canadienne des droits de la personne Bureau régional au Québec 1253, avenue McGill College, bureau 470 Montréal (Québec) H3B 2Y5



Égalité, discrimination, déficience, handicap... Attention!

Attention! La notion d'égalité des chances n'implique pas qu'un employeur doive vous engager si vous ne pouvez accomplir les tâches essentielles de l'emploi ou si vous présentez un risque pour la sécurité d'autrui.

Cela ne veut pas dire non plus qu'une loi qui a un effet moins favorable sur un groupe d'individus aille à l'encontre de cette notion ; tout dépend du but recherché par la loi.

Discriminer, qu'est-ce-que c'est?

C'est faire des distinctions à cause des caractéristiques personnelles des individus, de façon à leur imposer plus de désavantages qu'à d'autres.

Ce qu'est une déficience ou un handicap est laissé à l'appréciation des tribunaux. Chaque cas est évalué selon les circonstances qui lui sont propres.

Toutefois selon la *Loi canadienne sur les droits de la personne*, on peut dire qu'être atteint d'une déficience, veut dire que l'on est incapable d'accomplir une ou plusieurs choses importantes que la plupart des gens sont en mesure de faire.

Selon la *Charte québécoise*, on peut dire qu'être handicapé, c'est être limité dans l'accomplissement de ses activités normales de façon significative et persistante, et être empêché de performer dans une fonction ou une occupation de travail.

Vos droits en tant qu'individu

Le Code civil du Québec vous protège

L'inviolabilité de la personne

On ne peut vous porter atteinte sans votre consentement libre et éclairé, ou celui d'une personne qui est en droit de le donner à votre place.

Les soins

On ne peut vous forcer à vous soumettre à des soins quelconques sans votre consentement ou celui d'une personne qui est en mesure de le donner à votre place, sauf en cas d'urgence. Dans ce cas, pour sauver votre vie et dans votre intérêt, votre consentement n'est pas nécessaire s'il ne peut être obtenu en temps utile.

La garde en établissement psychiatrique et l'examen psychiatrique

On ne peut vous garder dans un établissement de santé ou de services sociaux en vue d'un examen psychiatrique ou à la suite de cet examen, sans votre consentement. Toutefois, le tribunal peut ordonner, à la demande de tout intéressé, que vous subissiez un examen psychiatrique si vous représentez un danger pour vous-même ou pour les autres, et peut même ordonner de vous garder en établissement.

Si le danger est imminent, vous pouvez rapidement être admis sous garde sans qu'on ait besoin de l'autorisation du tribunal.

Renseignements

◆ Téléphone juridique (messages enregistrés)

Service de la Société québécoise
d'information juridique (SOQUIJ)

L'aide juridique au Québec :

message 4 600

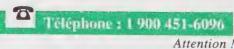
message 4 600

Frais d'avocat

: message 4 601

Bureaux d'aide juridique

Voir la liste au début de ce chapitre.



Attention! le service coûte 1,50 \$ la minute

La curatelle, la tutelle, le conseiller, une aide parfois nécessaire

Dans certains cas de maladies, de déficiences ou d'affaiblissement dus à l'âge, causant l'altération des facultés mentales ou l'inaptitude à exprimer sa volonté, une personne peut être déclarée inapte.

S'il n'existe pas de mandat en prévision d'inaptitude, cette personne est mise sous l'un des trois régimes de protection prévus par la loi.

Qui peut faire la demande pour ouvrir le régime de protection?

- La personne concernée elle-même.
- Son conjoint.
- Le Curateur public.
- Ses proches, parents et alliés.
- Le mandataire désigné dans le mandat en prévision d'inaptitude.
- Toute personne qui démontre un intérêt particulier ; ce peut être par exemple un ami, une infirmière, un bénévole.

Dans tous les cas, l'ouverture est une procédure judiciaire

Après avoir fourni un rapport contenant les faits et une évaluation médicale et psychosociale, la demande d'ouverture du régime de protection doit être présentée :

• au protonotaire ou à un juge de la Cour supérieure du district judiciaire du domicile ou de la résidence de l'inapte.

Quel est le but du régime de protection?

C'est d'assurer, dans l'intérêt de l'inapte :

- sa protection;
- la sauvegarde, autant que possible, de son autonomie;
- le droit d'être informé des décisions prises à son égard ;
- le droit de se faire entendre et de contester :
 - le régime de protection ;
 - le choix de la personne qui l'assistera.

Qu'est-ce que le conseil de tutelle?

Il est formé du conjoint, des enfants, des père et mère, grands-parents, frères et soeurs, et autres parents et amis s'ils sont majeurs.

Cinq personnes au moins doivent faire partie de l'assemblée qui nommera trois personnes dans le conseil (le tribunal peut en nommer une seule).

Il doit donner son avis pour:

- l'ouverture du régime ;
- l'adaptation et la révision du régime ;
- les conventions matrimoniales passées par l'inapte sous tutelle.

Le rôle du Curateur public

Il a un rôle de surveillance, d'enquête et d'administration des tutelles ou curatelles.

Il peut intervenir pour:

- l'ouverture du régime ;
- au moment de l'approbation ou la révocation par le tribunal du mandat en prévision d'inaptitude;
- le remplacement du tuteur ou curateur ;
- prendre toutes mesures appropriées, notamment :
 - convoquer l'assemblée des parents ;
 - ouvrir le régime.

Il doit informer les tuteurs et curateurs de la façon de remplir leurs obligations, et ceuxci doivent lui faire parvenir l'inventaire des biens gérés, un rapport annuel sur leur administration, un rapport périodique qui évalue l'état d'inaptitude, ainsi qu'une copie de reddition de compte.

Les trois régimes de protection : du plus sévère au moins sévère

La curatelle

Dans quel cas?

Dans le cas d'une inaptitude totale et permanente.

Qui peut être nommé curateur?

- . Une personne majeure (habituellement c'est un proche ou un parent).
- Le Curateur public, s'il est nommé par le tribunal (habituellement lorsqu'aucun des parents ou des proches ne peut ou ne veut l'être).

Ses fonctions

Curateur à la personne et aux biens :

- · Exercer les recours judiciaires.
- Veiller à la garde et à l'entretien (ce qui peut être délégué).
- · Veiller au bien-être moral et matériel.
- Consentir aux soins médicaux.

Il a la pleine administration des biens :

- doit les conserver, les faire fructifier et accroître le patrimoine (biens).

Dans le cas du Curateur public, sa fonction n'est que la simple administration :

- conserver les biens, et les faire fructifier avec des placements présumés sûrs, selon le *Code civil du Québec*.

Les limites aux droits de la personne sous curatelle

Cette personne ne peut poser des actes juridiques (contrats, ventes, achats, etc..) que si elle est représentée par son curateur. Elle ne peut jamais donner ses biens par testament ou passer des conventions matrimoniales.

Tout acte posé sans assistance peut être annulé, et les obligations qui en résultent, réduites.

La tutelle

Dans quel cas?

Dans le cas d'une inaptitude partielle ou temporaire.

Qui peut être nommé tuteur?

- Une personne majeure (habituellement un proche ou un parent).
- Le Curateur public (si aucun parent ou proche accepte ou ne peut l'être).

Ses fonctions

Dans ce cas-ci, selon le degré de dépendance, un tuteur peut être nommé à la personne, aux biens, ou à la personne et aux biens.

À la personne

- Veille à la garde et à l'entretien.
- · Veille à son bien-être moral et matériel.
- Donne le consentement aux soins médicaux.
- Exerce les recours judiciaires.

14

Aux biens

- N'a que la simple administration des biens:
 - conserver les biens.
 - les faire fructifier avec des placements présumés sûrs selon le *Code civil du Québec*.
- Le tuteur doit conserver le logement et les meubles du majeur (inapte), et ne peut en disposer qu'avec l'autorisation du conseil de tutelle. Mais même avec cette autorisation, on doit conserver les souvenirs et objets personnels du majeur (inapte).
- Le tuteur ne peut donner les biens du majeur (inapte), que ce soit par testament ou autrement.
- * Le tuteur ne peut pas non plus, provoquer le partage de ses immeubles ou recevoir les biens que lui donnerait le majeur (inapte).
- Il exerce les recours judiciaires concernant les biens du majeur sous tutelle (inapte).

Les limites aux droits de la personne sous tutelle

Elle a les mêmes limites juridiques qu'un mineur ; elle doit donc être assistée par son tuteur pour tout ce qu'un mineur n'a pas le droit de faire.

Elle ne peut passer de conventions matrimoniales sans son tuteur, qui lui, doit être autorisé par le tribunal, après l'avis du conseil de tutelle.

Par contre, elle conserve la gestion de toute rémunération pour son travail et peut disposer de ses biens par testament.

Le conseil

Dans quel cas?

Dans le cas où la personne, bien que **généralement apte** à prendre soin d'elle-même et à administrer ses biens, a besoin d'être conseillée pour certains actes <u>ou</u> temporairement.

Qui peut être nommé conseiller?

- Une personne majeure (habituellement un parent ou un proche).
- Pas le Curateur public (sauf circonstances exceptionnelles).

Ses fonctions

- * Il n'a pas l'administration des biens.
- * Il ne doit intervenir que pour les actes pour lesquels le tribunal a jugé que le majeur (inapte) avait besoin d'être conseillé.

• Il doit veiller à ce que le majeur (inapte) soit soumis à une évaluation médicale et psychosociale en temps voulu.

Les limites aux droits de la personne sous conseil

C'est le tribunal qui les détermine, mais habituellement, elle doit être assistée pour tout ce qu'un mineur émancipé n'aurait pas le droit de faire.

Et que peut faire un mineur émancipé?

- Établir son propre domicile.
- Exercer ses droits civils.
- Passer un bail pour une durée d'au plus trois ans.
- Donner ses biens, s'ils ne sont pas trop importants.
- En fait, il peut tout faire de ce qui relève de la simple administration.

Renoncer à une succession, emprunter de gros montants, vendre des immeubles ou une entreprise, sont des actes qui doivent être autorisés par le tribunal sur avis du conseiller. La personne sous conseil ne peut passer une convention matrimoniale qu'avec l'assistance du conseiller.

Renseignements

 Le Curateur public du Québec Montréal

> 600, boulevard René Lévesque Ouest Bureau 500 Montréal (Québec) H3B 4W9

Québec

1305, Chemin Sainte-Foy, 1er étage Québec (Québec) G1S 4N5 Téléphone : (514) 873-4074 Sans frais : 1 800 363-9020

Téléphone : (418) 643-4108 Sans frais : 1 800 463-4652

Ailleurs au Québec



Saguenay-Lac-Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone: (418) 693-1900

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone: (819) 371-6009

Estrie

Sherbrooke

Téléphone: (819) 820-3187



Le mandat en prévision d'inaptitude

Qu'est-ce que le mandat en prévision d'inaptitude?

C'est un document écrit dont vous déterminez le contenu vous-même, et dans lequel vous confiez l'administration de vos biens et/ou la protection de votre personne, à un ou plusieurs mandataires, dans l'éventualité où une maladie ou un accident vous priverait de vos facultés de façon temporaire ou permanente.

Quand rédiger le mandat?

Vous êtes lucide et voyez à vos affaires vous-même ? Alors, c'est maintenant qu'il faut y voir !

Comment?

· Par acte notarié

ou

- Fait devant deux témoins qui sont étrangers au mandat (ils ne sont pas mandataires).
 - Les deux témoins doivent signer le mandat en étant au courant de la nature du document, mais pas nécessairement de son contenu.

Quand prend-il effet?

Au moment où vous devenez inapte, le mandataire doit faire homologuer le mandat.

Qu'est-ce que l'homologation ?

C'est faire approuver le mandat en présentant une requête au protonotaire ou à un juge de la Cour supérieure, avec copie du mandat et une évaluation psychosociale.

Si le mandat n'est pas complet

S'il n'assure pas pleinement votre protection ou l'administration de vos biens, un des trois régimes de protection prévus par la loi (curatelle, tutelle, conseil au majeur) peut venir le compléter. Le mandataire doit alors faire rapport au tuteur ou curateur.

Renseignements

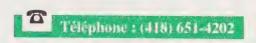
 Les Publications du Québec Vente et information Téléphone : (418) 643-5150 Saus frais : 1 800 463-2100

Vous pouvez commander un formulaire par téléphone, en payant par carte de crédit, pour un coût minime. Vous pouvez aussi vous procurer le formulaire dans certaines librairies.

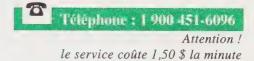
Complexe Desjardins Niveau de la Promenade (Québec) H5B 1B8 Téléphone : (514) 873-6101

Sainte-Foy

Librairie Place Laurier 2740, boulevard Laurier, 3e étage (Québec) G1V 4P7



- Chambre des notaires du Québec
- Tél.: 1800 N-O-T-A-I-R-E
- Téléphone juridique (messages enregistrés)
 Service de la Société québécoise
 d'information juridique (SOQUIJ)
 Mandat en cas d'inaptitude : message 1502



Promotion et assistance dans vos droits

La Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées, créait, en 1978, l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ), qui a pour fonctions de veiller à la coordination des services dispensés aux personnes handicapées, d'informer, de conseiller, de promouvoir leurs intérêts, de favoriser l'intégration scolaire, professionnelle et sociale.

L'OPHQ doit, entre autres :

- Voir à la préparation de plans de services.
- Favoriser la mise sur pied de programmes de prévention.
- Tenir un registre des logements accessibles aux personnes handicapées.
- Organiser des campagnes d'information.
- Faire de la recherche.

L'OPHQ peut, entre autres :

- Assister la personne handicapée dans l'exercice de ses droits.
- Conclure des ententes avec des gouvernements ou organismes.

- Accorder des vignettes amovibles pour l'utilisation des espaces de stationnement réservés.
- Accorder des subventions :
 - à un employeur;
 - à des organismes;
 - à des centres de travail adapté;
 - à la personne handicapée elle-même.
- · Conclure des contrats avec un employeur.

Infractions et peines

Si une personne contrevient à la Loi assurant l'exercice des droits des personnes handicapées, elle peut recevoir une amende maximale de 1400 \$.

Si c'est une compagnie ou si ce n'est pas une personne physique, l'amende est de 7000 \$ maximum.

Renseignements

 Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)
 Bureau de Montréal
 500, Sherbrooke Ouest, 3e étage Montréal (Québec) H3A 3C6

Direction des communications 309, rue Brock Drummondville (Québec) J2B 1C5



Téléphone : (819) 475-8585 Sans frais : 1 800 567-1465 Télécopieur: (819) 475-8753 Téléscripteur: 1 800 567-1477

L'euthanasie : question controversée

Qu'est-ce que l'euthanasie?

C'est aider un malade en phase terminale à se donner la mort.

L'état du droit à l'heure actuelle

Le *Code criminel* interdit l'aide au suicide ; c'est un **acte criminel**, passible d'emprisonnement. Il interdit donc à un malade en phase terminale de se donner la mort avec l'assistance d'un médecin.

En 1993, la Cour suprême, dans la cause **Sue Rodriguez**, interdisait à cette mère de famille de 42 ans atteinte de sclérose latérale amyotrophique, de recourir à un médecin pour l'aider à se suicider. Craignant les abus, la disposition du *Code criminel* était donc déclarée valide et justifiée pour la protection et dans l'intérêt des personnes vulnérables.

Il ne faut pas confondre avec la cause Nancy B., cette jeune femme dans la vingtaine, qui était maintenue en vie artificiellement par la technologie médicale. Il ne s'agissait ici que d'interruption de soins médicaux avec le consentement éclairé de la patiente, et non pas d'aide au suicide par l'administration d'une substance.

Renseignements

Barreau

Service à la clientèle qui réfère à un avocat

Montréal : (514) 866-2490 Québec : (418) 529-0301 Laval : (514) 686-2958

Téléphone juridique (messages enregistrés)
 Service de la Société québécoise d'information juridique (SOQUIJ)
 L'aide juridique au Québec : message 4 600
 Frais d'avocat : message 4 601

Téléphone: 1 900 451-6096
Attention!
le service coûte 1,50 \$ la minute

Bureaux d'aide juridique
 Voir la liste au début de ce chapitre.

Vous utilisez des services ou vous êtes hospitalisé ?

Vous utilisez les services d'un CLSC, d'un centre hospitalier, d'un centre de protection de l'enfance et de la jeunesse, d'un centre d'hébergement et de soins de longue durée ou d'un centre de réadaptation ?

Si tel est le cas, la Loi sur les services de santé et les services sociaux vous donne des droits en tant qu'usager.

Vos droits

Le droit à l'information

· Le droit d'être informé des ressources disponibles dans votre milieu.

- Le droit d'être informé sur votre état de santé, de connaître les différentes options qui s'offrent à vous, les risques et conséquences découlant de ces options, afin que vous preniez les meilleures décisions possibles.
- Le droit d'avoir accès à votre dossier
 - Vous avez le **droit d'exiger l'assistance d'un professionnel qualifié** pour vous **aider à comprendre** la signification des renseignements contenus dans votre dossier.
 - On doit vous fournir votre dossier dans les plus brefs délais.
 - 1. Vous avez 14 ans ou plus.
 - Vous avez le droit de consulter votre dossier et votre dossier est confidentiel. On doit vous demander votre autorisation pour l'utiliser ou celle de la personne qui vous représente. Toutefois, sur ordre d'un tribunal, d'un coroner ou à la demande d'un autre établissement, le contenu de votre dossier peut être divulgué. Un professionnel de la santé peut aussi prendre connaissance de votre dossier pour fins de recherche ou d'enseignement.
 - Si vous avez moins de 18 ans, vos parents peuvent avoir accès à votre dossier (sous réserve de votre autorisation).
 - Cependant, le médecin qui vous traite peut demander à l'établissement que vous n'y ayez pas accès et ce, temporairement, s'il juge que cela pourrait vous causer un préjudice grave. Le préjudice doit être grave et c'est à l'établissement qui refuse à l'usager l'accès au dossier, de prouver la gravité de ce préjudice. C'est dire que ce motif ne peut être invoqué à la légère par l'établissement.
 - Si des renseignements contenus dans votre dossier proviennent de tiers autre qu'un professionnel de la santé ou un employé de l'établissement, vous n'y avez pas accès à moins que le tiers ait donné son consentement écrit.
 - 2. Vous avez moins de 14 ans.
 - Quelqu'un a demandé des informations ayant trait à votre dossier ou a demandé que votre dossier soit rectifié?
 - On n'a pas le droit à cette occasion, de vous communiquer des informations de nature médicale ou sociale contenue dans votre dossier, sauf par l'intermédiaire de votre avocat si vous êtes l'objet de procédures judiciaires.
 - Note: Évidemment, cela ne concerne en rien les communications normales qu'un professionnel de la santé peut entretenir avec vous.
 - · Vos parents peuvent avoir accès à votre dossier.

Ce droit leur est refusé dans le cas suivant :

Vous faites l'objet d'une intervention selon la *Loi sur la protection de la jeunesse*, et le directeur de la protection de la jeunesse juge que la communication de votre dossier au titulaire de l'autorité parentale (les parents) causerait un dommage à votre santé.

3. La personne est inapte ou décédée

- Vous êtes tuteur, curateur, mandataire d'une personne inapte?
- · Vous êtes héritiers ou représentants légaux d'une personne décédée?
 - On doit vous communiquer le dossier de la personne que vous représentez, dans la mesure où cette communication est nécessaire à l'exercice de vos pouvoirs ou de vos droits.
 - De plus, même si la personne décédée avait rédigé une interdiction d'accès à son dossier, si vous êtes lié par le sang et que vous voulez vérifier l'existence d'une maladie génétique ou à caractère familial, vous avez droit d'accès au dossier de la personne décédée.

Le droit d'être traité avec respect et soigné avec compétence

1. Le droit de recevoir des services adéquats sur les plans à la fois scientifique, humain et social, avec continuité et de façon personnalisée.

Toutefois chaque établissement possède des limites en termes de ressources médicales matérielles et professionnelles. Vous ne pouvez exiger des soins et des traitements que l'établissement concerné n'est pas en mesure de vous fournir.

2. Le droit de recevoir des soins adéquats dans les plus brefs délais si votre vie est en danger.

Le droit de choisir

1. Le droit de choisir son professionnel ou son établissement

Cependant, le professionnel demeure libre d'accepter ou de refuser de vous traiter et ce choix est possible, en autant qu'il existe des professionnels disponibles dans l'établissement concerné.

2. Le droit de consentir ou de refuser des soins

Ce consentement peut être donné par une personne qui est en mesure de le donner à votre place (les parents ou le curateur par exemple) ou par le tribunal, si vous ne pouvez ou n'êtes pas en état de le donner vous-même, selon ce que prévoient les dispositions du Code civil du Québec. (Voir la section sur la curatelle, la tutelle et le conseiller au majeur dans ce chapitre, ainsi que la section qui traite du mandat en prévision d'inaptitude).

3 • Le droit de participer à toute décision concernant votre état de santé. Notamment concernant votre plan de services individualisés, lequel détermine vos besoins, les objectifs poursuivis, les moyens à utiliser et la durée prévue de votre traitement.

Le droit d'être accompagné ou représenté par une personne de votre choix

Le droit d'être accompagné et assisté d'une personne de votre choix quand vous désirez obtenir de l'information ou entreprendre des démarches concernant des services dispensés.

Les personnes qui suivent sont présumées vous représenter automatiquement si vous êtes considéré inapte ou vous êtes mineur :

- · le titulaire de l'autorité parentale ou le tuteur d'un enfant mineur ;
- le curateur, le tuteur, le conjoint ou un proche parent de l'usager majeur inapte;
- la **personne autorisée** par le **mandat en prévision d'inaptitude** lorsque l'inaptitude est survenue ;
- la personne qui démontre un intérêt particulier pour l'usager majeur inapte.

Vous n'êtes pas satisfait ? Dites-le!

On vous refuse l'accès à votre dossier?

Vous pouvez adresser une requête à :

La Commission des affaires sociales
 À Montréal

1440, boulevard René-Lévesque Ouest 6e étage Montréal (Québec) H2Z 1V7

À Québec

1020, route de l'Église, 2e étage Sainte-Foy (Québec) G1V 3V9

◆ La Commission d'accès à l'information 2, Complexe Desjardins Bureau 3210-Tour de l'Est Boîte postale 122, Succursale Desjardins Montréal (Québec) H5B 1B2





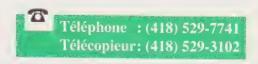


À Québec

888, rue Saint-Jean, Bureau 420 Québec (Québec) G1R 5P1

ou La Cour supérieure.

ou La Cour du Ouébec.



Vous ne pouvez faire de requête concernant des renseignements sur l'adoption, à moins que le tribunal n'ait donné préalablement son autorisation, ayant considéré que ces renseignement sont primordiaux pour vous et que l'absence de cette information pourrait causer un préjudice grave à votre santé.

Vous n'êtes pas satisfait des services que vous avez reçus?

Chaque établissement doit avoir une procédure d'examen des plaintes, doit la publier et informer ses usagers de son existence.

Attention! Une plainte peut être écrite ou verbale, mais seule une plainte écrite donne un droit de recours à la régie régionale. Le cadre supérieur chargé de l'examen des plaintes doit vous en avertir.

La plainte est verbale.

- L'établissement doit vous répondre à l'intérieur d'un délai de 60 jours.
- Si vous ne recevez aucune réponse à l'intérieur de ce délai, la réponse est réputée être négative.

S'il s'agit d'une plainte portant sur un acte médical, c'est-à-dire un acte qu'un médecin, un dentiste ou un pharmacien doit accomplir dans ses fonctions de professionnel de la santé, la plainte est acheminée par le cadre supérieur vers le conseil des médecins, dentistes et pharmaciens ou en l'absence de ce conseil, vers un médecin désigné.

- Dans un cas comme dans l'autre, on **doit vous informer par écrit** que la plainte a été acheminée à l'instance responsable.
- Lorsque la plainte est examinée, vous avez le droit de vous faire entendre et de dire ce que vous avez à dire.
- Le conseil d'administration peut prendre des mesures disciplinaires à l'égard d'un médecin, d'un dentiste, d'un pharmacien ou de tout autre employé membre d'une corporation professionnelle.

L'usager doit en être informé par écrit.

14

La plainte est écrite

Première étape : plainte à l'établissement

• Vous désirez porter plainte auprès de la régie régionale ou de votre établissement ? Il existe dans votre région, un organisme communautaire qui peut vous assister et vous accompagner si vous lui en faites la demande.

Services d'assistance et d'accompagnement aux plaintes

Au Québec



Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 724-6501 Sans frais : 1 800 790-7227 Télécopieur: (418) 725-741

Saguenay-Lac Saint-Jean

Alma

Information et Référencerégion 02

Téléphone : (418) 662-6034 Sans frais : 1 800 561-6034 Télécopieur: (418) 662-8338

Québec

Vanier

Centre d'action bénévole de Québec Inc.

Téléphone : (418) 681-3501 Télécopieur: (418) 681-6481

Mauricie-Bois-Francs

Shawinigan

Recours 3-S

Téléphone : (819) 537-3911 Sans frais : 1 800 561-3911

Estrie

Sherbrooke

Service d'assistance aux usagers des services sociaux et de santé de l'Estrie

Téléphone : (819) 829-0088 Sans frais : 1 800 268-0088 Télécopieur: (819) 829-2530

Montréal

Groupe d'aide et d'accompagnement pour les plaintes de Montréal

Téléphone : (514) 948-1544 Télécopieur: (514) 987-9956

Outaouais

Hull

Services conseils aux usagers des services de la santé et des services sociaux de l'Outaouais

Téléphone : (819) 770-3637 Télécopieur: (819) 770-3426

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Assistance et accompagnement Abitibi-Témiscamingue-08 inc.

Téléphone : (819) 797-2433 Sans frais : 1 800 465-2433 Télécopieur: (819) 764-9801

Côte-Nord

Baie Comeau

Association de protection et de défense des droits de la personne en Côte-Nord

Téléphone : (418) 295-2779 Sans frais : 1 800 463-2979 Télécopieur: (418) 295-2929

Nord-du-Québec

Chibougamau

Association régionale d'acheminement des plaintes du Nord du Québec

Téléphone : (418) 748-4670 Télécopieur: (418) 748-4474

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Havre-de-Gaspé

Téléphone: (418) 368-7433 Sans frais: 1800 490-7433 Télécopieur: (418) 368-6991



Au Québec



Services d'accompagenement (suite)

Chaudière-Appalaches

Sainte-Marie

Association des personnes handicapées de Ste-Marie Téléphone : (418) 387-8414

Télécopieur: (418) 387-3055

Laval

Laval

Organisme d'assistance et d'accompagnement de Laval Téléphone : (514) 662-6022 Télécopieur: (514) 662-9620

Lanaudière

Chertsey

Corporation d'assistance et d'accompagnement aux plaintes santé et services sociaux des usagers de Lanaudière

Téléphone : (514) 882-2123

poste 133

Télécopieur: (514) 882-9072

(CLSC Matawinie)

Laurentides

Lachute

Association Solidarité d'Argenteuil inc.

Téléphone : (514) 562-7447 Télécopieur: (514) 562-6184

Montérégie

Saint-Jean-sur-Richelieu

Téléphone : (514) 347-0670 Sans frais : 1 800 263-0670 Télécopieur: (514) 347-2991

- Le cadre supérieur chargé de recevoir votre plainte doit vous donner un avis écrit indiquant la date de réception de votre plainte.
- On doit vous répondre par écrit à l'intérieur d'un délai de 60 jours et cet écrit doit aussi vous informer des recours que vous pouvez exercer auprès de la régie régionale.
- Si on ne vous a pas répondu à l'intérieur de ce délai, ce défaut vous donne automatiquement droit de recours auprès de la régie régionale.
- S'il s'agit d'une plainte portant sur un acte médical, c'est-à-dire un acte qu'un médecin, un dentiste ou un pharmacien doit accomplir dans ses fonctions de professionnel de la santé, la plainte est acheminée par le cadre supérieur vers le conseil des médecins, dentistes et pharmaciens ou en l'absence de ce conseil, vers un médecin désigné.
 - Dans un cas comme dans l'autre, on doit vous informer par écrit que la plainte a été acheminée à l'instance responsable.
 - Lorsque la plainte est examinée, vous avez le droit de vous faire entendre et de dire ce que vous avez à dire.
- Le conseil d'administration peut prendre des mesures disciplinaires à l'égard d'un médecin, d'un dentiste, d'un pharmacien ou de tout autre employé membre d'une corporation professionnelle.
- · L'usager doit en être informé par écrit.



• Deuxième étape : recours auprès de la régie régionale

Attention! Dans les cas d'organismes comme les familles d'accueil, les résidences d'accueil, les organismes communautaires et les résidences privées d'hébergement, la première étape est automatiquement la régie régionale.

Vous n'êtes pas d'accord avec la décision que l'établissement a rendue ?

On a refusé ou cessé d'examiner votre plainte?

- Le cadre supérieur chargé d'étudier votre plainte à la régie régionale, doit vous aider dans toutes vos démarches et vous donner un avis écrit indiquant la date de réception de votre plainte.
- Ici aussi, vous avez le **droit** de vous **faire entendre** et de dire ce que vous avez à dire, mais vous devez **collaborer**, c'est-à-dire :
 - fournir tous les renseignements requis.
 - assister à toute rencontre à laquelle le cadre supérieur vous convoque.
- On doit vous **répondre par écrit** à l'intérieur d'un **délai de 60 jours** et cet écrit doit aussi vous **informer des recours** que vous pouvez exercer auprès du **commissaire aux plaintes.**
- Si aucune réponse ne vous est donnée dans ce délai, la réponse est réputée être négative.

Renseignements

Au Québec

Bas-Saint-Laurent

Téléphone: (418) 724-5231

Saguenay-Lac Saint-Jean

Téléphone: (418) 545-4980

Québec

Téléphone: (418) 529-5311

Mauricie-Bois-Francs

Téléphone: (819) 379-3771

Estrie

Téléphone: (819) 566-7861

Montréal

Montréal-Centre

Téléphone: (514) 286-5615

Outaonais

Téléphone: (819) 770-7747

Sans frais: 1800 567-9637

Abitibi-Témiscamingue

Téléphone: (819) 764-3264

Côte-Nord

Téléphone: (418) 589-9845

Nord-du-Québec

Téléphone: (418) 748-2676

local 431

Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Téléphone: (418) 368-2349

Chaudière-Appalaches

Téléphone: (418) 386-3363

Laval

Téléphone: (514) 967-2121

Lanaudière

Téléphone: (514) 759-1157

Sans frais: 1 800 668-9229

Laurentides

Téléphone : (514) 436-8622 Sans frais : 1 800 363-2508

Montérégie

Téléphone: (514) 679-6772

Troisième étape : recours auprès du commissaire aux plaintes

Si vous n'êtes pas satisfait de la décision rendue par la régie régionale, vous pouvez porter plainte auprès du commissaire aux plaintes.

- Votre plainte doit être écrite et accompagnée de la décision de la régie régionale.
- Vous avez le droit de dire ce que vous avez à dire, mais vous devez collaborer en fournissant tout renseignement pertinent pour l'étude de la plainte et en assistant à toute rencontre à laquelle le commissaire vous convoque.

Le commissaire doit vous transmettre dans les plus brefs délais sa conclusion motivée.

Vous pouvez bénéficier d'avantages fiscaux

Au fédéral

Crédits d'impôt non remboursables

- En raison de l'âge (pour les personnes de 65 ans et plus).
 - Le conjoint peut peut-être déduire la partie non utilisée.
 - Ce crédit existe aussi au provincial.

Montant pour personnes à charge âgées de 18 ans ou plus et ayant une déficience

- Vous pouvez déduire un montant pour les enfants et les petits enfants qui sont à votre charge et qui ont 18 ans ou plus.
- Vous pouvez aussi déduire un montant si la personne à charge est parente avec vous ou avec votre conjoint.

Montant pour personnes handicapées

Vous devez remplir deux conditions :

- 1- Vous avez une déficience mentale ou physique grave qui vous limite en tout temps ou presque, de façon marquée dans les activités essentielles de tous les jours.
- 2- La durée réelle ou prévue de la déficience est d'au moins 12 mois consécutifs.
- Ce montant existe aussi au provincial.
- Vous devez choisir entre cette déduction, et déduire la rémunération payée à un employé à temps plein comme préposé aux soins ou les frais de résidence dans une maison de santé.

Cette restriction existe aussi au provincial.

• Votre conjoint ou la personne qui vous prend à charge, peut peut-être déduire la partie inutilisée de ce montant.

Existe aussi au provincial.

Frais médicaux

Ces frais doivent avoir été payés au cours d'une période de 12 mois se terminant dans l'année et ne pas dépasser le moins élevé d'un certain montant ou 3% de votre revenu net.

Existe aussi au provincial.

Renseignements

Revenu Canada
 Montréal
 305, boulevard René-Lévesque Ouest
 Montréal (Québec) H2Z 1A6

Téléphone : (514) 283-5300 Sans frais : 1 800 361-2808

Québec

165, de la Pointe-aux-Lièvres Sud Québec (Québec) G1K 7L3 Téléphone : (418) 648-3180 Sans frais : 1 800 463-4421

Laval

3131, boulevard Saint-Martin Ouest Laval (Québec) H7T 2A7 Téléphone : (514) 956-9101 Sans frais : 1 800 363-2218

Télécommunications pour sourds (ATS)

ATS :1 800 665-0354

Pour les aveugles et malvoyants

Téléphone :1 800 267-1267

La brochure suivante est disponible auprès de Revenu Canada: Renseignements fiscaux à l'intention des personnes handicapées.

 Ministère du Revenu du Québec Montréal

Complexe Desjardins C.P. 3000 Succursale Desjardins Montréal (Québec) H5B 1A4 Téléphone : (514) 864-6299 Sans frais : 1 800 267-6299

Québec

265 A, rue de la Couronne Québec (Québec) G1K 6E1 Téléphone : (418) 659-6299 Sans frais : 1 800 267-6299

Laval

705, chemin du Trait-Carré Laval (Québec) H7N 1B3



Les personnes sourdes qui ont à leur disposition un appareil de télécommunications (ATS) peuvent communiquer directement avec :

• le ministère du Revenu



Autres lois et organismes qui vous protègent

Lois provinciales

La Loi visant à favoriser le civisme

Toute personne blessée en portant secours à quelqu'un peut être indemnisée par cette loi.

C'est la CSST qui est responsable de l'administration de cette loi.

Renseignements

 Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels
 1199, rue Bleury C.P 6056 succursale A,
 9e étage Montréal (Québec) H3C 4E1



La Loi sur l'aide aux victimes d'actes criminels

Elle garantit les droits des victimes, entre autres :

- droit d'être traité avec équité et respect ;
- droit de recevoir une indemnité;
- · droit de recevoir réparation des dommages subis ;
- droit d'être informé, de faire valoir son point de vue ;
- droit à des services d'aide.

Vous devez faire une demande d'indemnité, en vertu de la Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels, en remplissant le formulaire prévu à cette fin.

TH

Renseignements

 Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels 1199, rue Bleury C.P. 6056, succursale A, 9e étage Montréal (Québec) H3C 4E1 Téléphone ± (514) 873-6019 Sans frais ±1 800 561-1VAC Télécopieur: (514) 873-3531

Si vos blessures ont été causées par un véhicule automobile, vous devez adresser votre demande d'indemnité à la:

 Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) Montréal : (514) 873-7620 Sans fruis : 1 800 361-7620 Québec : (418) 643-7620

Lois fédérales

Le Code canadien du travail

La Loi de 1987 sur les transports nationaux

Cette loi a créé l'Office national des transports du Canada, qui peut adopter des règlements pour éliminier les obstacles aux possibilités de déplacement des voyageurs handicapés.

L'Office peut aussi faire enquête et ordonner au transporteur de vous verser une indemnité. Elle s'applique, entre autres, aux compagnies aériennes, de chemin de fer, services de traversiers qui reçoivent des subventions fédérales, aux gares.

Vous pouvez porter plainte en remplissant le formulaire fourni par l'Office. Existe aussi en braille et sur audio-cassette.

Renseignements

 Direction générale du transport aérien et des transports accessibles
 Office national des transports du Canada Ottawa (Ontario) K1A 0N9 Téléphone : (819) 997-6828 ATS : (819) 953-9705 Télécopieur: (819) 953-6019

Dans les faits, bien des lois peuvent vous toucher de près ou de loin, cette liste n'est pas exhaustive (complète)

Vous pouvez aussi vous informer auprès de votre syndicat, si vous êtes travailleur syndiqué.

Enfin, il est possible d'invoquer la discrimination d'après les règles du **droit administratif**, pour contester un règlement ou une décision qui a été prise à votre égard par un tribunal administratif (les Offices, Commission, Régies en sont) à la Cour Supérieure ou dans certains cas, à la Cour fédérale, si cela concerne une loi ou un organisme fédéral.

CHAPITRE 15

Les divertissements





es divertissements

Sports, loisirs, tourisme, activités culturelles...

Ilusieurs organismes provinciaux et municipaux ainsi que la plupart des associations offrent des activités sportives, culturelles et touristiques destinées aux personnes handicapées. Peu importe où vous habitez, votre municipalité, votre CLSC local, votre paroisse, ou une association ou regroupement de personnes handicapées (ex. : l'Association de paralysie cérébrale du Québec, voir le chapitre 1 de ce guide) peuvent vous orienter vers l'activité de votre choix : sport, cinéma, théâtre, spectacle, musée, voyage, bibliothèque, rencontres sociales, restaurant, etc.

La liste suivante comprend les principaux organismes provinciaux et régionaux dont le mandat spécifique est d'offrir, outre une précieuse information (OPHQ), une foule de divertissements adaptés à vos besoins.

Organisme provincial (gouvernemental)

L'OPHQ (L'Office des personnes handicapées du Québec) 309, rue Brock Drummondville (Québec) J2B 1C5 Téléphone : (819) 475-8585 Sans frais : 1 800 567-1465 Télécopieur: (819) 475-8409 Téléscripteur: 1 800 567-1477

L'OPHQ coordonne les services dispensés aux personnes handicapées, promouvoit leurs intérêts, les conseille et les informe, en plus de favoriser leur intégration (scolaire, professionnelle et sociale).

L'OPHQ peut vous aider en vous informant et en vous orientant vers les services adaptés à vos besoins.

Associations provinciales (non gouvernementales)

Tourisme et plein air

KEROUL (Association de développement touristique pour les personnes handicapées du Québec)

4545, avenue Pierre-de-Coubertin C.P. 1000, succursale M Montréal (Québec) H1V 3R2

Téléphone : (514) 252-3104 Télécopieurs (514) 254-0766



Objectif

Kéroul est l'interlocuteur officiel de Tourisme Québec auprès des personnes à capacité physique restreinte. Son principal objectif est de favoriser, rendre accessibles et accueillantes les infrastructures touristiques pour que les personnes handicapées puissent voyager à leur aise et ainsi améliorer leur qualité de vie. Aussi, à l'aide d'une grille d'évaluation, Kéroul répertorie tous les sites et services touristiques accessibles au Québec et à travers le monde.

Services offerts aux personnes et organismes membres

- Information sur les voyages (hébergement, restaurants, attractions touristiques, transport, conseils sur la planification de vacances).
- Organisation d'événements, tels Accès Plein Air (été/hiver).
- · Conférences.
- Accès privilégié à la salle à manger de l'Institut du tourisme et de l'hôtellerie du Québec, à Montréal.
- Revue d'informations trimestrielle «Le Baladeur».
- Guide Accès Tourisme : répertoire d'endroits accessibles au Québec.

On s'occupe de vos besoins

Depuis 1979, les traces d'André Leclerc, directeur général et fondateur de **Kéroul** ouvrent la voie à un avenir plus prometteur pour les personnes à mobilité réduite en défendant ardemment leurs droits sur les dossiers de l'accessibilité et du transport.

Kéroul, se charge de mettre en valeur des infrastructures touristiques afin que toute personne puisse voyager à sa guise. Kéroul offre aussi des cours de formation aux personnels d'établissements touristiques et aux étudiants en tourisme pour mieux faire connaître les besoins des voyageurs à capacité physique restreinte.

Le service Information-voyages

- Pour voyager seul ou en groupe, le service Information-voyages de Kéroul est à votre disposition.
- Kéroul possède une banque de données sur les endroits accessibles au Québec et à travers le monde.
- Des experts-conseils sont à votre disposition pour vous aider à planifier un voyage et vous donner de l'information sur l'accessibilité à l'hébergement, à la restauration, aux attraits touristiques et au transport.
- . Kéroul offre également, chaque année, des circuits touristiques à votre mesure.
- Vous organisez ou planifiez un congrès ? Kéroul est à même de vous aider.

es divertissements

Loisirs

Artisanat, cuisine, danse, musique, sport, sorties culturelles, plein air, arts plastiques, horticulture, activités scientifiques...

 L'Association québécoise de loisir pour personnes handicapées et le réseau des associations régionales

Voir le tableau à la page suivante pour les numéros de téléphone.

Mission

L'AQLPH a comme principale mission de promouvoir les loisirs des personnes handicapées. En ayant accès à tous les champs d'application des loisirs (tourisme, plein air, sport et activité physique, loisir scientifique, socio-éducatif et socio-culturel), l'AQLPH favorise la libre expression de la personne handicapée face à son loisir, sans restriction d'âge, de sexe et de type de handicap.

En tout au Québec, 200 000 personnes handicapées sont desservies par le biais de l'AQLPH qui regroupe 16 associations régionales (ARLPHQ) et 500 associations locales (ALLIPH) réparties dans plusieurs régions du Québec.

Objectifs

- Regrouper ses membres et les soutenir dans leurs actions.
- Consulter et informer ses membres sur le développement des loisirs et de leurs champs d'application.
- Représenter les besoins et les intérêts de ses membres auprès des instances publiques et privées impliquées et/ou interessées par le développement du loisir pour les personnes handicapées.
- Soutenir la formation de ses membres.
- · Sensibiliser le grand public aux loisirs pratiqués par les personnes handicapées.

L'AQLPH s'implique aussi sur le plan politique en participant à différentes conférences. Elle organise aussi des campagnes de promotion et soutient plusieurs projets et manifestations régionales.

es divertissements





Bas-Saint-Laurent

Rimouski

Téléphone : (418) 739-4990 Télécopieur: (418) 722-8906

Saguenay-Lac Saint-Jean

Chicoutimi

Téléphone : (418) 545-4132 Télécopieur: (418) 543-2096

Québec

Téléphone: (418) 529-6134

Mauricie-Bois-Francs

Trois-Rivières

Téléphone : (819) 379-5810 Télécopieur: (819) 379-5812

Victoriaville

Téléphone : (819) 758-5454 Télécopieur: (819) 758-8270

Estrie

Sherbrooke

Téléphone : (819) 569-9731 Télécopieur: (819) 563-9304

Montréal

Téléphone : (514) 933-2739 Télécopieur: (514) 933-9384

Outaouais

Hull

Téléphone : (819) 770-3575 Télécopieur: (819) 770-9868

Abitibi-Témiscamingue

Rouyn-Noranda

Téléphone : (819) 762-8121 Télécopieur: (819) 762-6848

Côte-Nord

Baie-Comeau

Téléphone : (418) 589-5220 Télécopieur: (418) 589-4612

Gaspésie -Îles-de-la-Madeleine

Rimouski

Téléphone : (418) 739-4990 Télécopieur: (418) 722-8906

Chaudière-Appalaches

Téléphone: (418) 529-6134

Laval

Pont-Viau

Téléphone: (514) 668-2354

Lanaudière

Joliette

Téléphone : (514) 752-2586 Télécopieur: (514) 759-8749

Laurentides

Saint-Jérôme

Téléphone : (514) 431-3388 Télécopieur: (514) 438-1731

Montérégie

Saint-Hyacinthe

Téléphone : (514) 778-3345 Télécopieur: (514) 773-4881

Brossard

Téléphone : (514) 462-1263

Valleyfield

Téléphone : (514) 371-2420 Télécopieur : (514) 371-4746

Sports

 Association québécoise des sports en fauteuil roulant (AQSFR)

C.P. 174, Côte des Neiges Montréal (Québec) H3S 2S5



L'AQSFR est un organisme de régie qui coordonne et favorise un accès à la pratique sportive en fauteuil roulant à tous les niveaux d'activité, pour le bénéfice des personnes ayant une limitation physique. Membre de l'Association canadienne des sports en fauteuil roulant, elle regroupe plus de 300 athlètes à travers la province et maintient une présence active dans 12 régions du Québec.

Les principales disciplines sont le tennis, le basket-ball, l'athlétisme et le rugby, mais l'AQSFR regroupe aussi trois clubs d'initiation sportive pour les jeunes qui désirent vivre une expérience sportive.

Res divertissements

Les personnes intéressées à pratiquer des sports comme le racquetball, la natation, le tir, le tennis de table, l'haltérophilie, le ski etc., peuvent bénéficier des services suivants :

- · classification (rugby, basket-ball et athlétisme);
- programme de certification des entraîneurs (basket-ball et athlétisme) ;
- initiation (athlétisme, rugby, tennis, basket-ball);
- formation des officiels (rugby, basket-ball).

Objectifs

- Améliorer les services aux membres et les liens avec les partenaires.
- Favoriser l'insertion d'épreuves en fauteuil roulant dans les événements sportifs.
- Assurer la promotion la plus large possible des sports en fauteuil roulant.
- Offrir tous les services permettant le développement de l'excellence sportive chez les athlètes.
- Augmenter qualitativement et quantitativement la participation aux sports en fauteuil roulant.

Services offerts

- Assurer aux athlètes physiquement handicapés et désirant pratiquer un des sports définis dans ses politiques, une structure organisationnelle et administrative.
- Fournir une aide financière et technique aux athlètes qui participent à des compétitions provinciales, nationales et internationales.
- Apporter un soutien administratif aux athlètes admissibles à des programmes de bourses.
- Collaborer à l'organisation des compétitions dans les disciplines qu'elle développe.
- Promouvoir des événements sportifs en fauteuil roulant et le compte-rendu des performances des athlètes dans les médias.
- Sanctionner les championnats provinciaux.
- Coordonner les délégations provinciales lors des Jeux canadiens.
- Offrir un programme d'assurance aux athlètes, entraîneurs, officiels et bénévoles.
- Dispenser une formation aux entraîneurs, athlètes et officiels.
- Compenser l'éloignement régional en mettant en place des mesures administratives.
- Publier un bulletin officiel d'information sur les activités de l'AQSFR (à l'intention des membres).

Centre Infotourisme

C'est un service d'information téléphonique pour les résidents du Québec. On peut, entre autres, vous renseigner sur l'accessibilité de différents lieux.

♦ Centre Infotourisme



DOUR LE PLAISIR DE DÉCOUVRIR!

Parcs Canada met à votre disposition une brochure promotionnelle en gros caractères présentant les parcs nationaux, les lieux et les canaux historiques nationaux du Québec.

Cette brochure, disponible en cassette et en braille, permet de connaître le programme d'accès universel en plus des endroits offrant déjà des services et des installations accessibles.

Découvrez des paysages envoûtants et spectaculaires, des batailles mémorables, des plantes rares...

Et, c'est à votre portée!



LA TRANQUILLITÉ D'ESPRIT EN TOUT TEMPS



«M&BILITÉ PLUS» DE FORD

Chez Ford Canada, nous reconnaissons que la liberté de déplacement représente un défi particulier pour les personnes qui ont un handicap. Nous reconnaissons également l'importance de la sécurité personnelle et de la tranquillité d'esprit pour tous nos clients. C'est pourquoi nous sommes heureux de présenter le programme «Mobilité Plus» de Ford.

Pour vous aider lors de vos déplacements, le programme «Mobilité Plus» de Ford offre un remboursement allant jusqu'à 750 \$ applicable à une conversion permettant une meilleure mobilité ou à l'installation d'auxiliaires de conduite lors de l'achat de tout modèle neuf de voiture ou de camionnette Ford ou Mercury.

La sécurité «sur la route» est assurée par le service de dépannage sans frais de Ford Canada pendant les trois premières années au cours desquelles vous possédez le véhicule.

De plus, le centre «Mobilité Plus» offre un service téléphonique sans frais avec lequel vous pouvez communiquer 24 heures sur 24,

où que vous soyez au Canada ou aux États-Unis, pour profiter du service de dépannage ou pour obtenir des renseignements pouvant faciliter vos déplacements.

Mais ce qui fait que le programme «Mobilité Plus» de Ford est unique et qu'il offre une plus grande sécurité à nos clients, c'est que chaque nouveau client «Mobilité

Plus» reçoit un **téléphone cellulaire portatif Ford** gratuit, une gracieuseté de Ford Canada.

Grâce au programme «Mobilité Plus» de Ford, vous pouvez être en contact constant avec un simple coup de fil.

Ca, c'est de la tranquillité d'esprit.



Pour plus de renseignements, composez le 1-800-565-8985

En vigueur du 1er janvier au 31 décembre 1995

ON Y TROUVE DES RENSEIGNEMENTS SUR

- Les maladies et les déficiences physiques et mentales
- Les problèmes sociaux
- Les ressources inhérentes aux différentes étapes de la vie
- Le réseau de la santé et des services sociaux au Québec
- Les organismes publics s'occupant des personnes handicapées
- Les aides techniques
- Les services à domicile
- Les assurances
- Les moyens de transport
- L'hébergement, le logement, l'adaptation de domicile
- L'éducation et la formation
- Le travail
- La santé et vos droits
- Les divertissements





